DISSERTAZIONE
SULL'
EDUCAZIONE FISICA
DE' FANCIULLI

DALLA LORO NASCITA FINO ALLA PUBERTA',

Opera, che a' dì 21. Maggio 1762. riportò il premio della Società Olandese delle Scienze,

DEL SIGNOR

BALLEXSERD CITTADINO
DI GINEVRA.

TRADOTTA DAL FRANCESE.

Sartam & tectam, ab omnique molestia, & incommodo servate prolem: inde sanitas, robur, & longævitas.

VENEZIA MDCCLXXIII.
Presso GIAMBATISTA PASQUALI.
CON LICENZA DE' SUPERIORI.

LETTERA DELL' AUTORE

AL SIGNOR

ANTONIO PETIT,

DOTTORE REGENTE IN MEDICINA DELLA FACOLTA' DI PARIGI, PUBBLICO ANZIANO PROFESSORE D' ANATOMIA; DI CHIRURGIA; E DELL' ARTE D' AJUTARE LE PARTORIENTI, MEMBRO DELL' ACCADEMIA REALE DELLE SCIENZE, E DELLA SOCIETA' REALE D' AGRICOLTURA.

Mio Signore.

Siccome questo Saggio, ch' io vi presento, della Fisica Educazione de' Fanciulli è un frutto delle vostre lezioni, così vi prego d' accettarlo, qual un tributo dell' ossequio, che vi debbo. Conosco che poco è degno di Voi. Mā, per potervi far dono d' un' opera più conforme al vostro gran zelo verso l' Umanità, facea di mestieri ch' io fossi dotato di maggior felicità di memoria, e di maggior esattezza d' idee, per aver tutti avanti agli occhi i vostri insegnamenti, con quell' ordine, con quella precisione, con quella copia, e con quella energia, che ne formano il vero pregio; e che di più io avessi avuto, come Voi, l' abilità di raccogliere il molto in poco, e di radunare un gran numero di buone cognizioni tra gli angusti limiti d'

un discorso Accademico . Contuttociò sapendo per esperienza, qual diletto Voi avete di nutrire l'emulazione de' vostri Discepoli, non sono affatto lontano dalla speranza, che vi compiacerete di benignamente accogliere questa fatica, la quale, fatta da me per un desiderio d'essere utile agli Uomini, ha avuta la sorte di riportarne l'approvazione, e 'l premio da una Società illustre di Letterati.

E poichè io non mi sono, prima di tal notizia, arrischiato a comunicarvela, per darla indi alle stampe; non era più il tempo allora di farvi quelle correzioni, delle quali non dubito che avrebbe avuto bisogno, benchè Voi abbiate stimato, che niente vi si dovesse cambiare. Confesso tuttavia, che dopo averla ritirata dalle vostre mani, non ho potuto dispensarmi dal farvi io stesso alcune aggiunte, ma solamente istoriche. Onde è giusto a sapersi da' Lettori, che i difetti, che vi troveranno, sono tutti miei, e che a Voi semplicemente ne debbo quello, che vi ha di buono.

Giusto è parimente a sapersi d'aver io, insieme con gli altri numerosi Studenti, che a Voi ne vengono addirizzati dalle varie Regioni d'Europa, così spesso frequentate le vostre Scuole, che d'altri non posso, fuorchè di me stesso, lagnarmi, se ne ho poco profittato. Ho però un cuore così sincero e sensibile alla riconoscenza, che

che non saprei farmi uscir di mano questa favorevole occasione di unire la mia voce a quella di tanti Allievi, i quali, dopo avere bevute nelle vostre seconde sorgenti le istruzioni più utili alla conservazione del Genere Umano, vanno a far risuonare nella loro Patria il vostro nome, e a spargervi il lume di quelle preziose cognizioni, che a larga mano avete loro con tanto vostro piacere somministrate, e che tanto più facile a essi riusciva d' apprendere, quanto che, eccitandosi dalla più graziosa maniera di dire la loro più avida attenzione, era la medesima sostenuta dalla chiarezza degl' insegnamenti, e fissata poi, e inchiodata dalla forza delle pruove, e dall' utilità manifesta di quel sapere, di cui si sentivano illuminare la mente. Oltre a questi vantaggi dello spirito, vi hanno altresì i vostri Discepoli l' obbligazione dell' avere Voi nel cuore d' essi introdotta, e nutrita una tenera amicizia verso il loro Maestro, senza che se ne fosse punto scemato il rispetto. Onde per tal motivo io sono, e sarò sempre colla maggiore stima, e col più sincero sentimento di V. S.

Parigi in Ottobre 1762.

Divmo Obbmo Servidore
G. Ballexserd.

COPIA *della Lettera scritta all' Autore dal Segretario perpetuo della Società Olandese delle Scienze.*

MIO SIGNORE.

LA Società Olandese delle Scienze, la quale coronò jeri la vostra Dissertazione, vi avvisa, e vi prega, che mandiate persona a ricevere la medaglia, che vi è stata aggiudicata. Tale persona, certamente vi sarà noto, che dee portare seco la vostra proccura, e presentarmi una copia netta della vostra Dissertazione, munita col segno distintivo. Io sono di V. S.

Divmo. Obbmo. Servidore
C. C. H. Vander.

Segretario della Società Olandese delle Scienze.

In Harlem il dì 22. Maggio 1762.

IN-

INDICE

DELLE MATERIE

Centenute in questa Opera.

INTRODUZIONE.

EPOCA PRIMA.

Dee

EPOCA SECONDA.

La quale contiene quello spazio di tempo, da che sarà spoppato il bambino, fino a che giu-

EPO-

EPOCA TERZA.

EPOCA QUARTA.

Su-

DIS-

DISSERTAZIONE

INTORNO ALL' EDUCAZIONE FISICA DE' FANCIULLI,

Dalla loro nascita fino alla Pubertà, che s' intende quì l'età di quindici, o sedici anni.

'Accademia d' Harlem, grandemente desiderosa di rendere utili agli Uomini le sue profonde meditazioni, ha proposto nel 1761. un Problema intorno a un soggetto importantissimo al Genere Umano. Ella ha chiesto: *Qual direzione sia la migliore a seguirsi circa al vestimento, al nutrimento, e agli esercizj de' fanciulli dal momento della loro nascita fino all' adolescenza, perchè vivano lungamente, e di buona salute?*

In questa rilevante quistione io propongo d'esercitarmi. E se le difficoltà mi sgo-

mentano, m'inspirerà coraggio la considerazione dell'utile, che può ridondare dalla malagevole impresa, alla quale m'accingo. Secondiamo pure quel zelo lodevole, che una illustre Repubblica nella sua felice tranquillità ha voluto a tutta l'Europa manifestare per un bene, qual è la SALUTE, così prezioso all'Umanità: e mentre tanti abitatori di questa medesima Europa, in questo tempo di discordia e di guerra, infelicemente s'impiegano a distruggersi scambievolmente tra loro, procuriamo d'imitare questi liberi Cittadini pacifici, e di seguire, s'è possibile, le tracce, che ci disegnano, occupandosi utilmente nelle cose le più essenziali per la felicità, e per la conservazione degli Uomini.

Se io quì arriverò a scoprire le accidentali cagioni, per cui tanta gente veggiamo di picciola statura, debole, e contraffatta; e se nell'istesso tempo mi riuscirà di ritrovare i mezzi, che contribuir potrebbero a rendere gli Uomini più grandi di corpo, e più vigorosi, e più forti; crederò d'esser giunto alla meta proposta nel Ploblema dell'Accademia.

Per rendere la mia Dissertazione più chiara, la dividerò in quattro Epoche, precedente una Introduzione.

Divisione del soggetto.

In questa Introduzione anderò indicando la maniera di vivere, che dee tenere il Padre, e maggiormente la Madre fino al nascere del Bambino. Os-

Osserverò in ogni Epoca l'ordine enunciato nel Problema, se non che all'articolo dell'esercizio farò precedere alcune osservazioni, che mi sembrano dovere necessariamente entrare nel piano della Fisica Educazione de' Fanciulli.

La prima Epoca comincia dal parto della Madre, e finisce nel tempo, in cui si toglie la poppa a' bambini.

La seconda comincia dall'età d'un anno, o circa, e termina, allorchè 'l figliuolo giugne all'età di cinque, o sei anni.

La terza principia dall'età, in cui si suole dagli Europei cambiar foggia di vestimento a' fanciulli, e finisce, quando essi toccano i dieci anni.

La quarta comincia dall'età di circa dieci anni, e termina alla pubertà, che ho stimato di fissare a' quindici, o sedici anni.

INTRODUZIONE

Intorno al regolamento di vita del Padre, e della Madre fino alla nascita del Bambino.

L'Uomo è un composto di due sostanze. Una spirituale, che è l'anima; l'altra materiale, che è 'l corpo.

Breve diffinizione dell'Uomo.

L'Anima è d'estrazione Divina, fatta da Dio, come le Sacre Carte c'insegnano, a sua propria immagine, e somiglianza.

Il Corpo è un tutto composto di parti, giustamente tra loro unite nella maniera la più stupenda, per eseguire e co' volontarj, e cogl' involontarj movimenti le funzioni, alle quali sono destinate. Quali idee non somministra questo spettacolo agli occhi d'un curioso Filosofo, il quale dalla cognizione della struttura delle parti può dedurne gli effetti, e spiegare i fenomeni, che si osservano nel corpo umano!

Si debbono nella vita dell' Uomo distinguere tre tempi; il primo dell' accrescimento, il secondo della consistenza, il terzo della declinazione.

Il primo si divide parimente in tre altri tempi, i quali sono l' infanzia, l' adolescenza, e la pubertà. Questa ultima divisione costituisce il soggetto della presente Opera.

Disposizioni necessarie ne' Genitori.

La buona costituzione del corpo d' un Fanciullo, e la forza e 'l vigore del suo temperamento dipendono molto dal buon regolamento di vita, che i Genitori avranno tenuto prima di concepirlo, e da quello, che la Madre terrà in tutto il tempo della gravidanza; poichè le cattive corporali disposizioni de' Padri, e delle Madri sono le immediate cagioni della debolezza, e del cattivo temperamento de' figli.

Ma se al contrario sono il Padre, e la Madre ambedue sani, senza alcuna considerazione-

de-

derabile deformità, e che i loro corpi, assai ben conformi in tutte le parti, non sieno troppo tra loro sproporzionati per la grandezza, o per la grossezza; se godono ambedue il vantaggio d'una perfetta salute, e d'un forte e robusto temperamento; se nel vitto cotidiano sono moderati, e non fanno uso di cibi nocivi; se non si macerano con severi digiuni, o con altre pratiche troppo austere di Religione; o pure colle soverchie, o troppo sedentarie fatiche, vale a dire che facciano dell' esercizio, ma senza opprimersi di troppa fatica; se 'l Marito rende alla Moglie i doveri del matrimonio solamente, quando vi sarà chiamato dal bisogno della natura, e non già da quello dell'abito (*); se, per unirsi a lei, userà la cautela d'aspettare che le sue evacuazioni periodiche, e quelle, che sieguono al parto, sieno interamente cessate; se ne' climi temperati l'Uomo è dell'età di 25. in 50. anni, e la Donna di 18. in 40.; se questa Donna avrà dalla natura sortito una buona corporatura, non aggravata di troppa carne, e

 in

(*) Perchè l'uso troppo frequente, che se ne fa, snerva, e produce deboli i figli, siccome il seme di cattiva qualità gli produce malsani. Nel primo caso non ha avuto esso il tempo di ben prepararsi, e di raccogliere, per così dire, tutti gli spiriti necessarj a perfezionarlo. Nel secondo caso è infetto d'un vizio morbifico, produttore degli effetti i più funesti per la salute della futura prole.

in buona diſtanza tra loro le oſſa delle anche, di maniera che formino una larga pelvi; finalmente ſe 'l Marito e la Moglie vivono in luogo di buona aria, con quella contentezza di ſpirito, che ſpeſſo naſce dalla ſaviezza, e che ſempre ha per compagna l' ilarità; egli è probabiliſſimo che, più che ſi uniranno di queſte circoſtanze, e di queſti vantaggi, tanta miglior diſpoſizione avrà la prole, da loro generata, a un temperamento robuſto e forte.

Regola della Donna gravida.

Toſto che la Donna avrà ſoſpetto di gravidanza, farà bene di aſtenerſi dalle familiarità conjugali; perchè 'l grande eſercizio, che fa alle volte la matrice in quell' atto, può nuocere all' embrione, che vi è racchiuſo. D' altronde le *ſuperfetazioni*, benchè rariſſime, ſono ſempre così funeſte, che ſi dovrebbe badare a non darvi occaſione. Non baſta il concepire, biſogna ancora condurre a buon termine il frutto de' proprj piaceri; e, ciocchè è più, eſſere capace di nutrirlo, dopo nato. Sicchè molta prudenza uſeranno il Marito e la Moglie a ſepararſi in tale circoſtanza.

Dee la Donna gravida moderatamente nutrirſi di quegli ſteſſi cibi, a' quali ſi trova avvezza, purchè non ſieno troppo gravi, ſalſi, o conditi d' aromi; ma debbono eſſere d' una qualità nè troppo fredda, nè troppo attiva. Non dee mai nella ſcelta regolarſi con quelle voglie ſtravaganti,

che

che provengono o dalla nausea, o dalla fantasia, allora disordinata. Ma bisogna che si faccia una dolce violenza, e che resista a tali appetiti capricciosi, ove le richieggano cose non propie per una buona digestione. Alcuni Medici le consigliano di mangiare allora delle olive, o de' capperi, ma in picciola quantità, sol tanto per nettare lo stomaco di certa pituita acre, a cui si attribuisce la cagione delle strane appetenze, dalle quali, mentre sono gravide, si lasciano alcune Donne così imprudentemente dominare.

Se ha molta fame, non dee per questo mangiare più del solito in una volta. Piuttosto potrà replicare il pasto, dopo un certo intervallo di tempo sufficiente alla digestione; perchè l'abbondanza del chilo mal preparato, in vece di dare la vita al feto, il farebbe languire. L'istesso accidente nascerà dall' opposta cagione, cioè dalla dieta, la quale affatto non è a proposito. Le Donne prudenti sono alle volte obbligate di sforzarsi a mangiare, quando la loro gravidanza è accompagnata da una nausea troppo lunga, massime dopo il quarto mese. Bisogna in tal caso variare i cibi, per eccitar loro un poco l'appetito. Debbono ben masticargli, acciocchè meglio preparata riesca la digestione più facile; e 'l chilo, che se ne spreme, sia di miglior qualità.

Se ama alquanto il vino puro, bisogna

che moderi il suo gusto per tal bevanda, innacquandola largamente, per renderla più lassativa. I liquori spiritosi, se in ogni tempo sono dallà ragione riguardati come un lento veleno, al feto contenuto nell' utero riescono veleni potentissimi; e perciò le Donne pregne se ne dovrebbero assolutamente astenere.

Dee la Donna incinta respirare un' aria pura, e serena. Vale ciò a dire, che l' aria temperata, e spesso rinnovata è quella, che più le conviene.

Dee altresì guardarsi dal respirare odori troppo gagliardi; poichè potrebbe l' utero riceverne degl' insulti funesti, per la simpatia de' suoi nervi, allora più tesi del solito.

Se 'l sonno consueto della Donna è di sette, o d' otto ore, sarà bene nella pregnezza a dormirne una di più.

Sarebbe a desiderarsi che per tutto il tempo della gravidanza non fissasse ella troppo il desiderio, nè l' attenzione in niuno oggetto; e da quelli, che non può senza orrore, o ripugnanza mirare, badasse sempre a rimuoverne gli occhi; poichè tutte le impressioni, che troppo vivamente la toccano, sono capaci d' intorbidarle la fantasia, soggettissima in quello stato alle vibrazioni, e di nuocere molto al feto, che si racchiude nelle sue viscere. Fa uopo dunque tener lontani con grande attenzione da lei tutti gli oggetti, che possono

dar-

darle materia di collera, di tristezza, e di malinconia, poichè basta ogni picciola cosa a disturbarla; e 'l bambino nell' utero partecipa sempre de' mali, che soffre la Madre.

Chi oltraggia una Donna gravida, è un mostro inumano. Chi non ha per lei tutto il riguardo, non sa bene tutto ciò, che si dee rispettare nell' Umana Società.

Sieno gli abiti in tempo della gravidanza larghi, e agevoli a mettersi, onde la Donna poco s' incomodi nel vestirsi, e soprattutto per non riceverne affatto compressione. Dee anche portare le scarpe co' tacchi bassi, e che fermino bene in terra; e non intraprendere cammini difficili, ne' quali inciampando, o cadendo, possa concepire paura.

Dee esercitarsi, ma senza fatica; occuparsi piacevolmente; spasseggiare spesso a piedi, senza esporsi troppo al gran freddo, che potrebbe arrestare l' insensibile allora più copiosa traspirazione, che non conviene impedirsi.

Fa di mestiere, particolarmente nel principio, e sulla fine della gravidanza, che si astenga la Donna dall' alzare molto le braccia, dal sollevare pesi assai gravi, dallo sforzarsi a cantare, e in generale da ogni sorta di sforzi, e d' esercizj, che abbiano del violento.

Queste osservazioni preliminari sul regolamento della vita de' Genitori ho creduto,

ro,

to, che necessariamente dovessero entrare nel piano dell'Opera.

EPOCA PRIMA.

Dalla nascita del Bambino fino a quando si spoppa.

IL Bambino, prima che nasca, sta racchiuso dentro all' utero, ravvolto in due tuniche, chiamate amnio e corio, e notante nelle acque. Ha la testa innanzi, le ginocchia accozzate col mento, le calcagna colle natiche, e le braccia pendenti a lato.

Parto. All' avvicinarsi dal parto, sente la Madre de' dolori nella regione de' reni, e dell' utero: le tuniche si aprono, e ne grondano fuori le acque, le quali rendono il passaggio più lubrico, e agevolano l' uscita al Bambino.

Dopo nove mesi di carcere, esce egli dall' utero, e viene al Mondo. Ha di peso ordinariamente da dodici in quattordici libbre, e dall' altezza da 18 in 21 pollici. La testa è più grossa a proporzione del rimanente del corpo. Esce dalle parti genitali della Donna. E questa azione si chiama parto.

La cura del parto dee, per quanto è possibile, commettersi alla Natura; e solamente conviene nelle sue funzioni secondarla, ma di rado prevenirla, quando il

il Bambino presenta prima la testa ; perchè basta allora la Natura sola a tutta l' azione . Ogni altra opera serve ordinariamente a danneggiare piuttosto il Bambino (*). I buoni Scrittori , che hanno trattato di questa materia , prescrivono minutamente tutte le regole , che si debbono tenere ne' parti .

Suppongono la Donna nell' istante del partorire . Fa uopo che stia ella in sito comodo , in una stanza d' aria temperata , e ben chiusa , nella quale vi si può tenere del fuoco , ma senza odori . Il Bambino colle grida le farà sapere che è Madre . Questa nuova reca ordinariamente tanto piacere alla Donna , che le fa subito dimenticare tutti i dolori sofferti . Non bisogna immediatamente soddisfarla nell' impazienza, che avrà di vedere , e d' accarezzare colui , che ha messo al mondo ; perchè potrebbe questa soddisfazione nuocere alla salute d' entrambi .

Avvertenza nel raccogliere il parto.

La prima avvertenza , che dee avere chi raccoglie il parto , è di legare subito il cordone ombelicale , secondo le regole prescritte da' buoni Autori .

Il

(*) Lungi per sempre da noi quella barbara , e superstiziosa pratica , che facea in altri tempi sacrificare la Madre al figlio , per la ragione che questi non avea ancora ricevuto il battesimo . I raggi della Filosofia , accompagnati con quelli della vera Religione , ci hanno felicemente illuminati intorno al colpevole eccesso d' un zelo così pernicioso , come inumano .

Il Bambino si riceve in pannilini molli, ben asciutti, e mediocremente caldi, s'è inverno, dovendosi in que' primi momenti di vita evitare il gran freddo; si mette in luogo sicuro, e morbido: e si bada intanto a liberare la Madre.

Se 'l Bambino parrà debole, per essere stato il parto laborioso, se gli può fare inghiottire un poco di vino tiepido, raddolcito con zucchero. Ma vedendolo sano, e vivace, non bisogna dargli nulla, prima che non abbia renduto il *meconio*, e cacciata fuori molta bava per la bocca; perchè, facendolo succhiare prima dell'esito di tali materie, se gl' inacidirebbe subito il latte nello stomaco, e negl' intestini, e gli produrebbe qualche forte colica. Può dunque tenersi per lo spazio di 24. ore, e anche di 30, se bisogna, digiuno.

Il *Raccoglitore* del parto, dopo aver liberata la Madre, esaminerà il Bambino, se abbia tutte le parti del corpo nel loro perfetto stato naturale; e ravvisandovi qualche difetto di conformazione, sarà bene d'adoperarvi immediatamente il soccorso dell'arte. E perciò importa moltissimo avere sperienza della perizia del *Raccoglitore*, della quale molto di rado una donna sarà sufficientemente fornita, per fare la Raccoglitrice a dovere.

Mai non si dee toccare la testa al Bambino, che allora è nato, purchè non sembras-

braſſe d'aver ricevuta nel paſſaggio qualche ſorte compreſſione, che aveſſe potuto farle acquiſtare una forma difettoſa. In tal caſo debbono le mani del perito *Raccoglitore* renderle la ſua forma naturale. In certi Paeſi vi ha un uſo perverſo d'impaſtare, per così dire, a' bambini la teſta, per darle una forma arbitraria, ſecondo la moda. E ſi oſſerva che queſti popoli ſono tutti ſchiavi ſtupidi, privi quaſi d' immaginativa, di vigore, e di forza. E realmente dee queſta pratica abbominvole fuor d'ogni dubbio ſconcertare gli organi del cerebro, e cagionare col tempo gli effetti più pernicioſi alle facoltà del corpo, e dello ſpirito.

Si lavi bel bello il Bambino con un pannolino bagnato nel vino tiepido, per nettargli le orecchie, gli occhi, e per levargli quel ſucidume biancaſtro, prodotto nel ſuo corpo dal ſedimento delle acque, nelle quali ha sì lungamente giaciuto. Altrimenti, ſe tal ſucidume non ſi toglieſſe, oltre che potrebbe cagionare qualche morbo alla cute, ne impedirebbe altresì, turandone i pori, la traſpirazione; la quale, obbligata a rientrare nel corpo, potrebbe certamente danneggiare la ſalute del Bambino. Dico che ſi adoperi vino tiepido, perchè ſi hanno a togliere particelle graſſe; al che l'acqua ſemplice non ſarebbe ſufficiente.

Stato del Bam.

Offeſo il Bambino dall' aria eſterna, che ſe

bino recentemente nato.

se gl' introduce nel petto, starnuta, venendo al Mondo, perchè l' effetto dell' aria opera contrazione ne' muscoli. Messo egli al caldo, rende dell' orina, e nello spazio di 24, o 30 ore si scarica del *meconio*. Getta dalla bocca le viscosità racchiuse nella trachea, le quali vengono cacciate fuori dall' aria, che esce dal petto. E quanto più copioso è l' esito di tali viscosità, meglio starà in appresso il Bambino.

La sua testa è prodigiosa. Vi si osserva sulla sommità un forame, detto fontanella, coperto dal pericranio, e dalla pelle. Il naso è piatto, le orecchie rilevate, la bocca, e le guance gli sporgono in fuori. La cornea degli occhi è corrugata, motivo, per cui i raggi visuali non possono giugnere alla retina, e 'l Bambino non vede. Il petto è angusto rispettivamente alla testa. Le braccia sono più forti delle gambe. La pelle, per la molta finezza, comparisce rossa; e si pretende che quanto più è rossa, più in appresso sarà bianco il bambino.

Ne' primi quaranta giorni di vita i suoi sensi non sono mica sviluppati: onde per qualunque strepito si faccia, mai non si desta, purchè alcuno troppo ruvidamente nol tocchi: sono allora gli organi imbarazzati, e impotenti: ed egli non ride, nè piange: solamente grida; ma, a quel che apparisce, non sono quelle grida segni di al-

cun

cun dolore. In tale ſtato può egli riguardarſi come il più miſerabile di tutti gli enti, che cominciano a vivere; poichè non ſa altro, che ſtrillare, laddove gli altri animali corrono alla mammella, e vanno anche ſpeſſo a cercare altro cibo. Ma l' Uomo ha biſogno d' ogni ſpecie di ſoccorſo, e 'l ſoccorrerlo importa molta diligenza, e molta ſollecitudine. Sembra che abbia Dio voluto per tal mezzo farci conoſcere, quanto ſiamo obbligati a riſpettare la vita de' noſtri ſimili.

Paſſato queſto tempo, cominciano le funzioni a prendere il loro ordine: comincia il Bambino ad avere le ſenſazioni, e a paleſarle col riſo, e col pianto.

Abbiamo detto che 'l Bambino appena nato grida. Queſto è il primo ſegno, che manifeſta di vita, quando ſta bene. Ma ſe continua per molto tempo a gridare, ſarà a propoſito di fargli inghiottire un poco d' olio di mandorle dolci, cavato ſenza fuoco, o piuttoſto un poco di ſciroppo di cicorea. Se nè queſto, nè la poppa in capo a 24 ore l' acchetta, gli verrà forſe qualche ernia; al che fa ben uopo di porre mente, e, ſuccedendo il caſo, chiamare ſubito qualche perito Ceruſico, per farne immediatamente la riduzione, e per frenarla con faſciature, che le verranno dalla ſua cognizione indicate.

Non biſogna giammai, nè anche nel cuore della ſtate, battezzare i Bambini col-

l' ac-

l' acqua fredda, la quale potrebbe destare qualche violenta contrazione ne' nervi, e cagionar loro de' moti convulsivi. Sono le convulsioni una malattia frequentissima a' Bambini; del che nell' Epoca seguente ne spiegherò la cagione.

Uso particolare d' alcune Nazioni.

Ci narra di passaggio il Signor Lock, che gl' Irlandesi, e le Dame delle montagne di Scozia bagnano i loro bambini nell' acqua fredda, ancorchè sia mischiata di pezzuoli di ghiaccio. Bramerei che ci avesse questo famoso Scrittore meglio istruiti delle particolarità d' un uso così interessante per la specie umana; che ci avesse detto, per cagion d' esempio, se tal metodo in quei paesi è universale; ed in qual età si sottopongono a questo crudel cimento i bambini. Non ho finora ritrovato alcuno, il quale mi avesse confermato tal fatto in una maniera da potermi soddisfare.

Leggiamo bensì nella Storia, che gli Sciti, e anche i Germani nostri vicini aveano il costume di tuffare appena nati i bambini nel fiume più prossimo, colla sicurezza che in tal modo divenisse il loro corpo meno sensibile, e più robusto. O si ha a dire, che non sappiamo fin dove si estendano i limiti di ciò, che può da un Bambino di fresco nato soffrirsi, o che tai popoli ne perdessero molti nel sottometter gli a queste barbare pruove. Io non so se tal pratica in quei tempi fosse stata lodevole,

vole, ma dubito molto di ciò, che'l Signor Lock mostra volerci persuadere, che sia in uso tra gli Scozzesi, e gl' Irlandesi: e dubito altresì del successo, che potrebbe oggi avere in Europa, dove la specie umana pare che sia molto degenerata. Credo dunque, che se attualmente si praticasse tal metodo, la metà almeno de' bambini, che nascono, ne morrebbero di convulsioni, cagionate loro dal freddo.

Ma se, dopo spoppati i bambini, s'avvezzassero gradatamente all'acqua fredda, lavandogli a poco a poco, e indi immergendogli con tutto il corpo dentro; credo bene che questa pratica, la quale farebbe loro alla prima versare molte lagrime, diverrebbe col tempo per essi un abito profittevole, e fortificherebbe molto la costituzione del loro temperamento. Ma che tra noi si abbia a tuffare un bambino allora nato nell'acqua fredda, tramischiata pur anche di pezzuoli di ghiaccio, questa è una faccenda, di cui l'esito mi parrà almeno dubbioso, fino a tanto che una lunga serie di felici sperienze non mi faccia cambiare d'opinione.

Ci riferiscono le Relazioni de'nostri Viaggiatori, che le Donne Lappone mettono i loro bambini di fresco nati nella neve; e quando sono assiderati di freddo, gli tuffano nell'acqua calda, ripetendo questa funzione tre volte al giorno per tutto il primo anno della loro età. Ma tutti gli

esempj, che si possono allegare della Lapponia, non per altro sono buoni a sapersi, che per non praticargli giammai. Non meritano su ciò que' Popoli la minima considerazione, poichè sono tutti deboli di corpo, e di spirito; e la loro vita non giugne a' termini ordinarj della nostra.

Se la specie Umana sia degenerata in Europa.

Volendosi poi indagare se la specie umana sia degenerata in Europa, direi che vi è tutto il motivo di credere che sì. Ma siccome tal quistione molto concerne il nostro soggetto, così merita ch' io quì mi trattenga qualche poco ad esaminarla.

E primieramente osservando la naturale costituzione degli odierni Tedeschi, benchè sia forse la migliore, che oggi si ritrova in Europa, veggo che debolmente corrisponde a quella terribile idea, che Tacito ci dà di que' vigorosi Germani, de' quali la principale educazione consistea nell' indurare, e rinforzare il loro corpo, per essere più valorosi, e formidabili a' loro nemici.

Se fisso lo sguardo a' Francesi, ritrovo che altro più non serbano de' loro sì robusti Antenati, che l' ardore, e 'l coraggio ne' combattimenti.

Ne' Popoli Italiani più non si riconosce l' immagine de' loro infaticabili Antecessori.

Si legga attentamente la Storia, lasciando da parte le rarità, e i fatti prodigiosi di tanti Atleti Greci, e Romani, che non pretendo di doversi letteralmente intendere;

re; e si conoscerà per comparazione in mille altri luoghi questa verità, che abbia la specie umana molto perduto del suo primiero vigore (*). Anzi negli Arsenali se ne troverà anche la dimostrazione, maneggiando un poco quelle armature offensive, e difensive, delle quali i nostri Progenitori faceano uso nelle loro Armate Navali.

Esaminandosi finalmente quelle belle statue antiche di grandezza naturale, si scorge che nella medesima proporzione degli altri lineamenti, che non hanno potuto cambiare, come gli occhi, la bocca, ec., esse hanno tutte il collo più robusto e più ampio, le braccia più grosse, le gambe meglio formate, il tutto insieme più muscoloso; in una parola vi si trova un carattere di virilità, che i nostri periti Scultori non potrebbero oggi dare alle loro statue, senza far torto alla Natura. Forse se andassero eglino sulle montagne degli Svizzeri, in alcuni di que' luoghi troverebbero più che altrove de' simili originali. Ma che che sia di ciò, senza ricorrere a un tempo così rimoto, come è quello de' Romani,

(*) Si può anche osservare in alcuni Storici, che quando in Roma si facea il computo della numerazione, vi si registravano parimente gli anni d'ogni Cittadino: e leggendosi quella di varie picciole antiche Città d'Italia, reca stupore il ritrovarvi in quel tempo un sì gran numero di Cittadini, che oltrepassavano di molto l'età d'un secolo, la quale a' nostri giorni si stima quasi un portento.

e de' Greci, apparisce costantissimamente che la specie umana vada di giorno in giorno degenerando in Europa.

La cagione di ciò dobbiamo verisimilmente attribuirla a diverse circostanze, che anderò brevemente scorrendo.

In primo luogo l'invenzione della polvere da schioppo, per cui l'Arte militare si è ridotta tutta a principj, è una Epoca, che ha fatto trascurare la Ginnastica, e ha prodotto per conseguenza un cambiamento considerabile nell'educazione della Gioventù, la quale più non si applica, come in altri tempi facea, a rendersi agile al corso, nè a fortificarsi il corpo con tutti quei giuochi, che erano per essa un vantaggioso esercizio.

Molto ancora a questo tralignamento avrà contribuito la forma del presente governo più tranquillo tra le Nazioni Europee. Dacchè si è preso il sistema di fare la scelta degli Uomini per la difesa dello Stato, e di pagargli, perchè unicamente si occupino in tal mestiere, si spossano quasi tutti costoro tra la dissolutezza, e la miseria, che accompagnano le loro lunghe, e travagliose fatiche guerriere. Gli altri poi, che non hanno obbligazione d'invigilare alla propria sicurezza, perdono dentro a' loro gabinetti il vigore, tra gli agi, e le morbidezze del vivere, in seno a' piaceri, e alle applicazioni studiose.

La terza non meno funesta cagione è la

mo-

moda abbominevole di non volere le Madri nutrire col proprio latte i loro figli, e di ſtringerli colle faſce, co' buſti armati di oſſa di balena, e con altre varie legature, che ſi adoperano nel veſtirgli.

La vita, che ſi mena nelle Città grandi, e 'l luſſo, che vi regna, ſiccome obbliga una moltitudine d'Operaj a darſi interamente alle fatiche ſedentarie, ſempre perniciofe alla ſanità, per ſoddisfare il guſto, o piuttoſto il capriccio di molte migliaja d'ozioſi mortali; così non poco ancora contribuiſce a far degenerare la ſpecie umana. Non voglio paſſare ſotto ſilenzio le lunghe navigazioni, alle quali ſiamo ſtati eccitati dalla noſtra inquieta avidità di ricchezze. Pur troppo ſi ſa, che tutto l'oro del nuovo Mondo non baſterà giammai a compenſare le ſtragi funeſte cagionate al noſtro Continente dal morbo orribile, che gli Europei ne hanno riportato. Alle Arti dunque, e alle Scienze, che ci hanno renduti queſti viaggi più facili, dobbiamo pur anche attribuire queſte infermità. Ma nel progreſſo di queſta Opera ſi conoſcerà, quante altre abbiamo ragione di loro imputarne, ſenza poterſi da queſta imputazione ſcuſare nè tampoco la Scienza della Medicina.

Si pretende che ſia prudenza nelle Città grandi il tollerarvi le femmine pubbliche; allegandoſi che in tal guiſa le oneſte ſono più ſicure, che non ſarebbero, ſe troppa

rigidezza si praticasse in questa materia. Io rimetto a' sottili Politici, e a' gravi Moralisti lo scioglimento di questo problema per la parte, che loro concerne. Quanto a me, che altro quì non cerco, che 'l bene fisico generale, e particolare degli Uomini, dirò solamente, e 'l dirò sicuro quasi di non errare, che se potesse farsi un parallelo, e supporsi due Stati, con abitatori, pari di numero, d'età, e di sesso, viventi nell' istesso clima, sotto l' istesso governo, ec., colla sola differenza che in uno d'essi vi fossero pochissime donne pubbliche, ma che in ogni quindici anni si patisse una peste, la quale ne togliesse via ogni volta la ventesima parte della gente; paragonando, dico, tale Stato coll' altro simile, in cui non vi fossero mai altre pesti, che tante prostitute, quante ve ne sono in Londra, in Parigi, ec. io credo certamente che in capo a un secolo si troverebbe il primo Stato più popolato del secondo, e che le genti sarebbero senza dubbio d' una costituzione sommamente più robusta, e più forte. Sono persuaso altresì, che ben contenta si trovi la Germania della rigidità delle Leggi su questo particolare.

Non vi è cosa più comune nelle conversazioni familiari, quanto il sentirsi dire che convenga di caricare il contadino d' imposizioni, per eccitare l' industria di lui, e per ribatterne l' insolenza. Questa massima, tanto in se stessa inumana, che

non

non merita d' esser ammessa da' savj Amministratori, che governano, e che presiedono alle Finanze, sarebbe, giusta la buona Politica, anche erronea in un Regno ereditario. Poichè come mai si vorrebbe che i poveri contadini, oppressi dalle fatiche, e dalle imposizioni, che loro toglierebbero il modo di ben nutrirsi, e d' essere contenti del loro stato, potessero generare molti figli, e di robusto temperamento? Ma ritorniamo al Bambino, che è l' oggetto principale del nostro discorso.

Dee la Madre lattare i Figli.

Si aspetterà quì ch' io raccomandi alla Madre di voler essere nutrice de' suoi figliuoli. E che mai parrebbe di potersele dire in contrario, per indurla a separarsi da questa sì cara porzione di se medesima, e a rinunciare al comune interesse della salute? Poichè si sa benissimo che dal lattare ne risulta doppio vantaggio al figlio, e alla Madre; lasciando di rammentarle a quante picciole cose dee badarsi, che necessariamente richieggono l' occhio, e 'l cuore materno; poichè ogni altro vi riuscirebbe insensibile, o indifferente.

In vano forse il latte s' affaccerà alle mammelle, che sono le parti più rilevate del corpo, come per mostrarsi alla Madre, e per indicarsi più facilmente al Bambino?

Qual vergognoso spettacolo è 'l vedere una Madre contendere, e negare al figlio la propria sustanza, e sforzarsi con suo

rischio di scialacquarla indegnamente altrove! Sarà forse effetto di delicatezza l'esporsi una Donna piuttosto alle funeste, e perniciose conseguenze d'un latte respinto indietro, che versarlo, secondo il suo corso naturale, in bocca a colui, che è in dritto d'esigerlo, e che col moto delle labbra le dimostra il bisogno, che ne ha? Vorrà prepararsi a nuovi pericolosi parti, e defraudare la Natura, per esserne rigorosamente punita?

Se le rincresce di perdere la vivezza del volto, dovrà avere tutto l'impegno di difenderla dagl'insulti d'una lunga convalescenza, da' sudori sforzati, e da mille altri accidenti, capaci di farla presto ecclissare. Onde come mai a tal effetto potrei non consigliarle di lattare i suoi figli, se non fosse per altro, per mantenersi vegeta, e fresca, e di buon colore, e per conservarsi anche la bellezza del seno? Poichè la suppressione forzata del latte, nella sua maggiore affluenza alle mammelle, si vede per esperienza, che le rende cento volte più smunte, che non diverebbero, lattandosi tutti i figli (*).

An-

(*) Tutte le Donne della Georgia nutriscono i loro figliuoli; e perciò conservano così bene le loro attrattive bellezze, che all'età di quaranta anni ispirerebbero ancora la più viva passione a un Europeo. Narra il Viaggiatore Chardin che in niun altro luogo la Natura ha sparse più grazie nella fisonomia delle persone, tutte

Anderà Ella dall' arte a caro prezzo accattando le false maniere di rilevare la sua cadente beltà; e trascurerà intanto il vero mezzo, che la Natura le somministra di lungamente conservarla in tutta la sua vivezza, procacciandosi nel medesimo tempo uno de' più teneri piaceri, che possa provare una Madre?

Sicchè non è questo, come alcune Donne s' immaginano, un diritto rigoroso, che si esercita contro di esse; ma piuttosto, a ben interpretarsi la Natura, è una giustizia, che loro si rappresenta, per l' interesse dell' Umanità, pel vantaggio della propria salute, e per la conservazione delle loro attrattive. Si aggiunge a questo che daranno piacere, così operando, a' loro Mariti, meriteranno la riconoscenza de' loro figli, e daranno materia d' edificazione al Mondo, facendo onore a se stesse.

Molte malattie eviterebbe la Madre colla pratica di tal dovere; e'l bambino, avvezzo dal primo punto della sua esistenza a quel nutrimento, che gli ha conservato l' essere, e sviluppato l' accrescimento, troverebbe in quell' analogia maggior confor-

te ben formate di vita, e che tra loro non si trova un volto, che sia deforme. Questo costume di dar latte a' loro figli ha loro conservato dopo molti secoli il più bel sangue del mondo. Poichè abbiamo da Strabone, che non si trovavano altrove Uomini così alti, e così ben fatti, e che le loro Donne superavano tutte le altre in beltà.

formità co' suoi teneri organi, che non può trovarne in un altro per lui nuovo alimento, che gli riesce talvolta così contrario, che non può la sua gentilissima macchina digerirlo, senza un grandissimo sforzo, che ne disturba l' armonia, e qualche volta ancora la scompone del tutto (*). Ma egli è inutile ch' io stia quì a ripetere quello stesso, che i Filosofi più illuminati, e i più dotti Medici hanno da tanto tempo inculcato, dimostrando colle più sode ragioni, e vie più con addurre in prova il voto della Natura, che la Donna, che partorisce, dee colle sue propie mammelle nutrire per un certo tempo colui, che mette al Mondo. Si sono tante belle opere scritte intorno a questa importante materia, che non ho bisogno di quì trattenermi a descrivere i buoni effetti, che da questo dovere dipendono, il quale per una Madre di buona salute è affatto indispensabile. Aggiugnerò solamente che la prima Donna, che se ne volle fuor di ragione esentare, avrebbe dovuto riguardarsi come l' obbrobrio del suo sesso. E perchè le sciagure, che provengono da questa indegnità, possono anche nuocere a tutto un impero; crederei che

(*) Mi ricordo d' aver letto una similitudine assai ingegnosa: Figuratevi, dice l' Autore, due liuti perfettamente d' accordo, e unisoni tra loro: avrete in essi una immagine anche grossolana della perfetta corrispondenza, che hanno le parti d' un bambino con quelle della sua Madre.

che sarebbe cosa degna, per tutti i versi, della Politica di un gran Principe (*) il rimettere nel suo decoro un costume, quanto negletto, altrettanto essenzialmente utile al bene fisico, e morale dell' Umanità.

Aggiungo il bene *morale*, perchè se ognuno confessa che l'ozio sia l'origine di tutti i disordini, non vi è cosa che sì naturalmente a esso ne conduca, come il costume nelle Madri di spogliarsi del fastidio di nutrire i proprj figli; occupazione ragionevole, che può senza dubbio dirsi l' unica, che loro più particolarmente convenga. E se l'ozio sommo delle Donne è un lacciuolo di più per gli Uomini, che arriva fino a rendergli effeminati, qual serie infelice di mali non proverrà da questa infetta sorgente?

Ma, parlando quì solamente alle Madri, dirò loro: Se le passioni d' una ignota, mercenaria, e forse viziosa Donna, la quale vi offre il suo soccorso per le mani della miseria, si possono per via del latte trasfondere nel Bambino, che vi nutrisce, quanto per vostra colpa, barbare Madri, si rischia, nel fidarsi a quella straniera un pegno così prezioso!

Chi vi assicurerà, che tal Donna non abbia in se il germe di tutti i vizj? Qual si-

(*) Che mai può fare il Principe? Può riguardare con occhio benigno quella Madre, che si nutrisce i figli, e farle conoscere che approva la sua condotta; ma soprattutto può invitare i Grandi a darne l' esempio al Popolo.

fiducia mai potete avere in una, che fa traffico infame di quel liquore, che dee al ſuo figlio, da lei per un picciolo profitto abbandonato in braccio a un' altra peſſima balia, alla quale non vorreſte voi fidare il voſtro *?

Ma ſe per fortuna non aveſſe queſta Donna l'anima imbrattata d'altri misfatti, chi vi dirà che non abbia il ſangue infetto, e che 'l voſtro figlio non ne ſucchi un umore vizioſo, il quale, venendo da origine impura, nuocerà a quella pianticella gentile, e ne guaſterà le prime radici? E ſupponendo anche una balia ſenza vizio nè d'anima, nè di corpo, può mai ſaperſi ſe 'l liquore delle ſue mammelle avrà quel giuſto grado di preparazione convenevole agli organi delicati del tenero allora nato bambino, che la voſtra rea indifferenza commette al caſo?

O quanto colpevoli vi conoſcereſte, voi Madri crudeli, ſe quel tenero da voi nato bambino poteſſe parlare, e dirvi: Come! Così dunque m' abbandonate tra braccia ſtraniere?...... M' avete dunque generato ſolamente per ſoddisfare la voſtra paſſione?..... Mal volentieri mi avete certamente ſofferto nelle voſtre viſcere, giac-

(*) La capra, che nutriſce il capretto, ſi narra che 'l riconoſce, e accorre alla voce di quello; e che preſentandole un altro allievo, nega di dargli latte. Qual eſempio è queſto per voi, vili Nutrici, ancorchè ſiaſi una ſola volta oſſervato!

giacchè appena ch' io veggo la luce, m' allontanate da voi. Come potrò oggimai chiamarvi col dolce nome di Madre? .... Voi, che mi private di quel tesoro, di cui l' Autore della natura vi ha fatta depositaria per mio grandissimo bene. No, non meritate questo sagrosanto nome, voi, che chiudete le orecchie, e 'l cuore alle voci della natura. Guardate quella gatta, che in vostra presenza porge con tanto piacere la mammella a' suoi gattini, e che attenta gli guarda, perchè loro non si accosti mano ardita e straniera. Vedete quella cagna sempre sollecita privarsi piuttosto di mangiare, che arrischiare un sol momento a qualche temeraria mano il frutto de' suoi amori. Mirate, finalmente vi direbbe, la lionessa, e la tigre lasciare nelle foreste tutta la loro ferocia, e aprire teneramente le loro viscere alle bestiuole uscite dal loro corpo. Le belve dunque le più feroci umanamente si soggettano a questo dovere, e voi, Donne vane e spietate, con tanta inumanità ve ne volete sottrarre?

E' sembra che nella Grecia, a' tempi di Demostene, quanto la qualità di nutrice era rispettabile nelle vere Madri, altrettanto si disprezzava in quelle, che prezzolate n' esercitavano il mestiere. Si legge in questo grande Oratore la storia d' una Cittadina, la quale, accusata alla Giustizia d' essere andata a balia, non seppe altrimenti discolparsi, che allegando la mi-

feria, e la fame, che l'aveano ridotta a quella baſſezza.

E ſebbene nelle Commedie degli Antichi vi ſi trova rappreſentata la parte di Balia, non biſogna però ſempre credere che aveſſe la medeſima lattato l'Eroe, o l'Eroina della Commedia; ma ſi dava tal nome a tutte quelle Donne, che nelle Caſe grandi aveano cura de' Bambini; poichè appariſce altrove d'eſſere ſtate alcune Dame Atenieſi rimproverate della licenza, che ſi prendeano di non lattare i loro figli.

Non altrimenti che i Greci penſarono i Romani ſu queſto particolare. Rapporta Tacito, che per coſtume ſtabilito fin da' primi anni, ogni Romana deſtinava il propio latte al ſuo figlio, il quale mai non avea altra nutrice. Ci ſi conferma queſta verità dalla riprenſione fatta un giorno da Ceſare alle Dame di quella Nazione, perchè, in vece de' figli, non ſi vedea loro portar altro in braccio, che cani, e ſcimie.

La terribile, ma giuſta riſpoſta, che, al dir di Plutarco, diede quel Giovine Romano, fratello naturale de' Gracchi, a ſua Madre, quando un giorno ſi lagnava del picciolo dono ricevutone, in paragone dell'altro maggiore da lui fatto alla Balia, allorchè gli andarono ambedue incontro dopo la ſua vittoria, è un eſempio capace di mortificare tutte le Madri, che ſdegnano di nutrire i loro figli, e perdono in

in tal guisa il miglior dritto, che avrebbero sul cuore di quelli.

Ci narra Tacito, che gli antichi sì formidabili Germani non sapeano che cosa fosse l'abbandonare i figli in mano alle balie, e che ogni Madre soddisfacea a questo dovere da se medesima.

Vi sono Nazioni intere così rigide su questo punto, che sospetterebbero dell'onore d'una Donna, e la crederebbero poco onesta, se, per accidente mancandole il latte, non potesse dare al suo parto quel nutrimento, che per ogni dritto gli appartiene. Un'altra pruova che ne' trasandati tempi fosse questo uso ordinario a tutte le Madri, si, è che volendosi allora esprimere che una Donna non avea avuti figli, si dicea che non avea lattato.

Uno Storico Spagnuolo ci riferisce, che nella China una delle principali condizioni, che si richiede per ammettere una Donna ad alcuni impieghi alquanto considerabili, si è che abbia col suo propio latte nutrito tutti i suoi figli; perchè la Donna, dicono colà, che non latta la sua prole, rassomiglia piuttosto a druda, o a cortigiana, che a Donna d'onore.

Dee il Bambino succhiare il primo latte della Madre detto *colostro*, che è una specie di siero acquoso, e un po' agro, il quale purga a dovere il suo corpo, e gli fa rendere il *meconio*, quando non l'abbia prima interamente votato. Questo colostro

è un

è un nutrimento destinato dalla Natura al Bambino, per nettargli le prime vie, e per liberarlo da' dolori di ventre, e da diversi altri guai. Onde sarebbe per lui un gran male il privarlo di tal liquore benefico.

Sicchè nel secondo giorno della sua nascita ritrova il Bambino in seno alla Madre già preparata quella giusta proporzione d'alimento, che meglio conduce alla conservazione della sua macchina. E se nella scelta della Balia io raccomando che 'l latte sia di quattro o cinque mesi, il fo per tenermi a un mezzo termine, e per evitare il peggiore de' due scogli pericolosissimi in una Balia.

Se a' nostri giorni v'è ancora qualche Madre, come bisognerebbe che tutte fossero, talmente persuasa del suo dovere, che si dichiari di voler essa nutrire la prole, che ha in seno, si trova pronta una turba di affettatuzzi ignoranti, di tisicuzzi ciarloni, i quali con cento scioperati discorsi si affaticano a dimostrarle quasi aperta innanzi a' piedi la tomba, che solamente spalancata può dirsi nella loro sciocca immaginazione. Poichè se resiste la Donna a una penosa gravidanza, come non potrà ella soffrire la cura piuttosto dilettevole di nutrire la prole? E se, non ostanti le loro ciarle, rimane, per una felice disposizione di spirito, a questa virtuosa Donna tanto coraggio da persistere nella sua

lo-

lodevole impresa, vinto il Marito dalla forza del pregiudizio, sotto lo specioso pretesto d'amore, di tenerezza, e di stima, si farà dalla parte de' contraddittori, per opporsi a tutto potere all'utile della Moglie, e de' figli: e se bisognassero anche Medici dal suo partito, non mancherebbe con arte, e con raggiri d'averne. Qual maraviglia dunque, che a tanti ostacoli sì poche Gentildonne si trovino capaci a resistere?

Quelle Madri, per le quali l'amore de' figli è un sacrosanto legame, non si sgomenteranno d'avere a perdere il sonno; oltrecchè, lasciandosi i bambini liberi, senza fasce nella culla, due volte appena per notte ne saranno elleno incomodate. E in compenso di questo incomodo si possono promettere una complessione più valida, una vita più lunga, con tutti i risplendenti arredi d'una perfetta salute, che saranno una pruova della loro virtuosa condotta, e un premio a esse d'aver seguito l'istituzione della Natura, giusta il disegno dell'Autore della medesima.

Utile che viene alla Madre dal lattare i figli.

Le Donne, che non lattano, hanno i lochii molto copiosi per lo spazio di quaranta giorni. E dopo questa evacuazione ne soffrono ordinariamente un'altra di fiori bianchi; perchè, inzuppata per troppo lungo tempo dallo scolo de' lochii la sustanza dell'utero, si rilassa a maggior segno, e perde conseguentemente quel tuo-

no, che dee avere: onde nasce la suddetta evacuazione contro natura, la quale incomoda le tre quarte parti delle Donne, che non lattano. A questo male si aggiugne il grave rischio di ostruirsi le glandule del seno, dalle quali ostruzioni possono nascere de' tumori cancherosi. Le conseguenze d'un latte, che si sparge per la persona, e le deposizioni, che può farvi, non sono mica da disprezzarsi. Si vede spesse volte, quanto a queste Madri infedeli ne costa il non voler essere nutrici de' loro parti: i dolori acerbi, o almeno lo sconcerto, di cui sempre si risentono nella salute, rinfaccia loro la commessa ingiustizia, e rigorosamente ne le punisce.

I fiori bianchi, che succedono ordinariamente alle lunghe evacuazioni, infievoliscono molto più il petto, che non sarebbero tutti i figli, che si lattassero. Poichè non è vero ciò, che alcuni vogliono fuor di proposito persuaderne, che il petto patisca nel darsi latte. Se troppo non mi distogliesse dal mio soggetto, facilissima cosa mi sarebbe il dimostrare, che sia anzi questo il mezzo efficace per conservarsi il polmone in buon essere (*). Ma io quì mi ristringo solamente a dire, che nelle Donne, che allattano, sono i lochii in pic-
cio-

(*) Osserva il celebre Morton, Medico Inglese, che alcune Donne, che pareano prossime alla tisica (tanto erano gracili e magre) se ne sono in Inghilterra preservate, lattando i figli.

ciola quantità, e non durano più di sette, o otto giorni, e che molto di rado si troverà una nutrice infestata da fiori bianchi; da tumori cancherosi; o da latte sparso per la persona: Questo è anche 'l luogo di notare, che molte Donne muojono nella gravidanza; molte nel parto, ma pochissime in tempo; che lattano.

Scelta della Balia.

Se poi vi fosse necessità di ricorrere ad altra nutrice; che la Madre; la quale è nell'obbligo, come abbiamo detto, di dare, per quanto può; il propio latte al suo figlio; essendo questa la volontà della Natura, che ha in essa Madre disposto quanto a ciò bisognava; e di più vi ha accoppiata una grandissima utilità comune a lei, e alla prole; se; dico; la sua cattiva salute; o altri accidenti le proibissero l'adempimento di tal dovere, e che si temesse della vita del bambino; facendoli succhiare un cattivo latte; in tal caso fa uopo di togliere a balia una Donna, che si rassomigli un poco di temperamento alla Madre; dell'età di venti in 35. anni; e che abbia da quattro, o cinque mesi felicemente partorito:

Questa Balia; che si sceglie; dee unire alla buona salute anche i buoni costumi. E poichè le Donne di pelo rosso hanno ordinariamente il latte agro; voi sceglietela; che abbia i capelli, e le ciglia nere; o pure d'un biondo chiaro, lo sguardo piacevole; e una bella carnagione. Osserva-

te se abbia l'alito, e la traspirazione dolce, le gengive vermiglie, e la bocca guernita di belli denti, essendo questo un contrassegno d'una linsa di buona qualità.

Bisogna che sia ricca di latte; che abbia le poppe di mediocre grossezza, staccate dal petto, e un poco cadenti, colle vene grosse, rilevate, e col capezzolo bruno, e di giusta proporzione.

Il latte poi deve essere bianco, di niuno odore, e di poco sapore, non troppo acquoso, nè troppo denso; d'una mediocre consistenza, e che si coagoli difficilmente sul fuoco.

Se 'l Bambino è grosso, bisogna provvedergli una Balia forte; poco meno, s'è delicato, affinchè possa succhiare; e 'l latte, che succhia, non sia per lui troppo denso, o saporoso, che 'l disgustasse, o non potesse ben digerirsi.

E questa è la frequente disgrazia de' Bambini nutriti dalle balie, che disgustati di quel latte gridano, si lagnano, e anche talvolta battono queste Madri posticcie; siccome se ne veggono non radi gli esempj, attribuiti da chi ragiona per via di sistemi, a cattiva indole de' Bambini: il che è chiaramente falso; potendosi molto più naturalmente quella picciola loro disperazione rifondere al dispiacere, che provano di succhiare un cattivo latte. Quando vedrò un Bambino battere il seno alla propria Madre, dirò allora: dategli

un'

un' altra nutrice. Ma intanto credo di poter affermare, che quel medesimo Bambino furioso in seno d' una straniera, molto tranquillo sarebbe in seno alla propria Madre, e con segni d' allegrezza paleserebbe il piacere, che ha di succhiare un latte buono, dopo averne ben gustate le delizie. Se si veggono de' Bambini superare per accidente tutti i pericoli, e tutti gli ostacoli d' un latte a loro eterogeneo, e grossolano, gli superano per soffrire ordinariamente in appresso mille altri disastri, per cui si popola il mondo d' infermi, e di deboli soggetti lo Stato.

La Balia vuol essere placida, vivace, allegra, poco pensierosa, acciocchè non facilmente s' inquieti; amante della polizia; non collerica, nè troppo paurosa, e che abbia il beneficio del corpo almeno una volta al giorno.

Il suo vitto cotidiano deve essere di cibi semplici, di buona qualità, e che si digeriscano bene. La zuppa, l' arrosto, il lesso si debbono preferire a' *ragù*, troppo conditi di sale, e di aromi. I diversi legumi, le sustanze mucilaginose, quelle, che secche si riducono in farina, come le castagne, ec., sono tutte a proposito, quando la Balia ha buono stomaco, ed è solita di mangiarne. Per riguardo all' insalata, e alle frutta acide, dalla qualità del latte si prenderà regola, per vietarne, o per concederne l' uso. S' è avvezza al vi-

no, non dee totalmente privarsene, ma bensì moderarne l'uso, temperandolo con molta acqua. I liquori spiritosi le sono affatto proibiti.

Le conviene di fare un moderato esercizio, evitando gli eccessi così della pigrizia, come della troppa fatica. Vale meglio che goda un poco del privilegio del matrimonio, che non si affligga troppo di non vedere il marito. La Donna amorosa però non è mai buona nutrice; a tal oggetto si richiederebbe una Donna quasi senza passioni.

Nè basta tampoco che si trovino nella Balia tutte le descritte qualità; ma bisogna che le conservi per tutto il tempo, che nutrisce il Bambino. Perciò conviene visitarla spesso con qualcheduno dell' arte, il quale n'esamini il latte, il polso, la lingua, e 'l colore del volto. Osservi altresì il Bambino per tutto il corpo, dia un'occhiata agli escrementi, e prenda conto esatto del regolamento di vita dell'uno, e dell'altra. Vegga, se 'l latte non gli è contrario, essendo questa la pietra di paragone infallibile, sulla quale bisogna fare reiterate sperienze per tutto il tempo, in cui poppa il Bambino.

Cattiva cosa è 'l cambiare troppo facilmente di balia, ma più cattiva senza paragone sarebbe il continuare al bambino un latte, che fosse guasto, per cagione forse di qualche morbo sopravvenuto alla balia,

lia, per gravidanza, o per altro accidente. Sogliono le Balie confessare piuttosto la gravidanza, che una leggiera indisposizione, o altri accidenti, che soffriranno, perchè incallite al male, gli stimano bagattelle; ma non per questo non ne diviene il loro latte meno impuro, e vizioso. Ed accorgendosi elleno, che 'l Bambino nol succhia più coll' istesso piacere, cercano imprudentemente con tutta l' industria di nascondere questa verità, per timore di non perdere quel profitto: tale è la condotta anche delle più savie, lusingate dalla speranza di presto guarire; e intanto il Bambino soffre, e patisce per tutto quel tempo, e ne soffrirà forse le cattive conseguenze per tutta la sua vita, che potrà anche di molto per tal cagione abbreviarsi. Or fra tanti così manifesti e frequenti pericoli avranno il coraggio quelle Madri, che assolutamente non possono lattare i loro figli, di perdergli anche di vista, dandogli altrove a nutrire? Mi si dirà, che tutte queste cose importano molta sollecitudine, e molta spesa. E che perciò? Tutta la sollecitudine (*), Voi Padri, e Voi Madri, dovete avere, e fare ogni

(*) Si sa da tutti che 'l savio Catone, mentre governava nel colmo dello splendore la Romana Repubblica, non isdegnò d' usare le più minute attenzioni pe' suoi figli in culla. L' esempio di sì grande Uomo merita quì di avere il suo luogo.

ſpeſa poſſibile pel vantaggio de' voſtri figli, e per adempire a una delle voſtre principali obbligazioni.

Vantaggio della Campagna per la ſalubrità dell'aria.

Dee la Balia abitare in luogo, dove ſi reſpiri buona aria, in paeſe di pianura, o di picciole collinette, in una caſa alquanto alta, illuminata fin dalla mattina dal Sole, e ſoprattutto in un ſito lontano dalle paludi, e da ogni altra eſalazione putrida. Il ſoggiorno della campagna può ſolamente compenſare un poco a' bambini lo ſvantaggio di non eſſere dalle propie Madri nutriti, e in particolare da quelle, che dimorano nelle Città grandi, in certe ſtrade ſtrette, nelle quali le caſe ſono alte, e che eſſe ne abitano il primo piano; perchè l'aria quivi è ſempre infetta, e malſana per ogni ſorta di gente, ma vie più pe' bambini. Nè vi ha dubbio, che nuoce molto alla loro ſalute il fargli a un tratto paſſare dall'aria pura della campagna in una gran Città, dove reſpirano un'aria cattiva.

I primi anni ſono pericoloſi, e molto micidiali a' bambini, la cui vita è allora aſſai debole, e vacillante. Dalle Tavole de' gradi di mortalità del Genere Umano, pubblicate dal Signor Sympſon nel 1742. appariſce, che a Londra ne periſcono più della metà nello ſpazio di tre anni. Maggior tempo ci vuole in Francia per morirne un egual numero. Or queſta differenza, che accade ſecondo i climi,

mi, ne dimoſtra quanto ſia nociva a' bambini un' aria carica di cattive eſalazioni. Londra è infeſtata dal fumo del carbone foſſile, e per tutta l'Inghilterra ſe ne reſpira quell'aria nitroſa, e ſulfurea. L'aria di Francia è all' incontro molto più pura: onde, non oſtante la miſeria delle balie, e la loro poca accuratezza, vi fa la morte aſſai più lenti progreſſi. La ſalubrità dunque dell'aria è una condizione così aſſolutamente eſſenziale alla conſervazione della noſtra ſpecie, che dovremmo uſarci la più ſcrupoloſa cautela.

VESTIMENTO.

Egli è grande il pericolo di fidare a perſone ignoranti, o indifferenti la cura, che eſigono i Bambini di freſco nati; ma creſce maggiormente per l'abuſo delle faſce, in cui frettoloſamente gli ſtringono le inette, e generalmente sì poco attente contadine.

Dice un celebre Accademico (*) a queſto propoſito: „ Alcune (balie) abbandonano per ore intere i bambini, ſenza nè poco, nè punto penſarci: altre ſono così crudeli, che non ſi muovono a' loro gemiti; onde quegli ſventurati innocenti entrano in una ſpecie di diſperazione, fanno tutti i maggiori sforzi,

(*) Il Signor de Buffon.

„ zi, che possono, alzano grida, che du„ rano quanto le loro forze; e finalmen„ te per questi eccessi s'ammalano, o per „ lo meno ne rimangono stanchi e abbat„ tuti; onde si sconcerta il loro tempera„ mento, e può questo sconcerto anche „ influire sul loro carattere.

Ma, prescindendo da queste giudiziose riflessioni, io sostengo sulle orme del medesimo Autore, e di molti altri Letterati, e Medici, che l'uso delle fasce debba stimarsi per tutti i versi pernicioso, purchè 'l bambino non sia contraffatto; poichè se può ottenersi, siccome agevolmente si ottiene, di difenderlo senza fasce dal rigore del freddo, altro che una moltitudine d'inconvenienti non so trovare nell'uso della medesima.

Primieramente la fascia, supposto che si avvolga a dovere (il che è moralmente impossibile a sperarsi da una balia ordinaria), molesta assai il bambino, privandolo della facoltà di muoversi; laddove, per crescere, e per fortificarsi le sue picciole membra, è cosa necessarissima che possa egli liberamente esercitarle. Oltrechè se le gambe, i piedi, le ginocchia sono ristrette, come infallibilmente avverrà, in altra direzione di quella, che debbono avere, allora se ne sconcerterà la proporzione, e la simmetria; e più non avendo queste parti la loro naturale estensione, acquisteranno certe deformità, che non avreb-

vrebbero avute, se si fosse lasciata alla Natura la libertà di condurre di per se stessa, e dirigere la sua opera, senza forza, e senza violenza.

La fascia inquieta, irrita, riscalda troppo il bambino, e gli cagiona colla sua compressione una specie di dolore. Onde gli sforzi, che farà egli per liberarsene, saranno alla conformazione delle parti del suo corpo molto più nocivi delle cattive positure, nelle quali, lasciato a suo agio, in luogo temperato, potrebbe mettersi; benchè non concepisco come un bambino di sì tenera età, il quale, per l'inazione de' sensi, dorme la maggior parte del giorno, e della notte, che solamente si desta per la fame, o per la molestia della fascia, possa fare de' movimenti capaci di guastare la posizione delle sue membra. Ben è più facile a concepirsi, che 'l moto forzato, che si darà egli nelle fasce, per iscioglierfi da quegli odiosi legami, gli farà gettare gemiti, e gridi, i quali possono cagionargli qualche rottura, impedirgli la digestione, e alterare molto la costituzione del suo temperamento.

L'uso libero delle sue picciole membra è giovevolissimo al bambino, per esercitare le sue picciole forze. Non conviene dunque impedire, coll'opposizione della fascia, quei movimenti dall'istinto, e dalla natura richiesti, per eseguirsi quel tenue eser-

esercizio, così necessario a corroborare quel corpicciuolo.

Se a un bambino si chiude tra le fasce il petto, se ne impicciolirà il diametro; onde essendo più angusto, sarà per conseguenza meno bello, e (ciocchè più importa) meno valido. Poichè una forte compressione, fatta in parti capaci d'impressione, e d'accrescimento, come sono i legamenti, le cartilagini, e le ossa di un bambino di fresco nato, può cagionare de' gravi sconcerti nell'economia animale. E' recentissima la riflessione fatta (*) „ che „ gl'imbarazzi delle viscere, le ostruzioni „ delle glandule, la turgenza de' vasi sono „ spesso le triste conseguenze di quella „ violenta compressione, che rimuove „ gli amori nutritivi, destinati all'accrescimento „ d'alcune parti, per fargli ricorrere „ indietro in certe altre, che se „ n'erano già troppo imbevute. Si aggiugne „ a questo l'esperienza di tanti petti „ deboli, di tanti stomachi languidi, perchè „ i vasi, che distribuiscono i liquori „ in queste viscere, rimangono privi del „ loro tuono, per essere stati troppo compressi.

Il petto dunque d'un bambino non dee mai patire compressione, affinchè abbiano libero il loro gioco i polmoni, e possano stendersi per ogni parte, per farlo più a-

ge-

(*) Veggasi l'Enciclopedia alla parola *Emmailloter*, presa nell'Ortopedia.

gevolmente respirare; e tanto più facile, e più lodevole sarà la respirazione, quanto maggiore sarà l'estensione del petto. Non conviene dunque di stringere colla fascia quelle ossa pieghevoli, acciocchè l'interna capacità non venga per tal compressione a scemarsi, ed a crescere nell'istesso tempo il numero delle occasioni, per cui si ammala un fanciullo.

Lo stomaco vuol essere anche libero come il petto: altrimenti non potrà esso contenere quella dose d'alimenti necessaria alla nutrizione, e all'accrescimento del corpo. E'non vi ha dubbio, che, ristretto tra le rivolte d'una fascia lo stomaco, imperfettissima si farà la digestione; e se 'l fegato, il quale a proporzione è molto più grosso nel bambino, che nell'adulto, sarà similmente compresso, premerà il fondo dello stomaco, e produrrà in esso delle convulsioni, e de' vomiti al bambino, i quali gli sconcerteranno la salute per tutto il rimanente della sua vita.

Quante volte si vede un bambino, che piangea in fasce, sfasciato, per mutargli i pannicelli, acquietarsi subito, e dar segni di gioja! Può ben essere, che le fecce vuotate l'incomodavano, e contribuivano molto alla sua inquietudine. Ma perchè e' grida in fasce non solamente, quando è sporcato, o quando ha fame; dunque bisogna, che altra cosa significhino allora i suoi gridi. E sfasciato, mentre ha fame,

di-

dimostra alle volte co' suoi movimenti d'allegrezza, che più la libertà bramava, che la mammella; il che maggiormente si conosce nel rimetterlo in fasce; dopo avergli dato il suo cibo; poichè ricomincia nuovamente, come prima; a lagnarsi: e la maraviglia si è; che la Gente sia o così stupida, che non l'intenda, o pure così crudele, e spietata, che non voglia averne compassione.

Ma posto (il che non credo) che 'l bambino non gridi, se non quando è sporcato; questa appunto è un' altra ragione per abolire l'uso delle fasce, per la molta diligenza, e 'l molto tempo, che chieggono. Poichè io domando: se una Madre, che ricusa di nutrire il suo figlio; può giustamente lusingarsi di ritrovare, con tenuissima mercede, una Balia, che abbia tale capacità, tanta accortezza, tanta attenzione, e tanta pazienza di ripetere così spesso quella nojosa, ma importante faccenda? E non è piuttosto verisimile a credersi, che quando il bambino si sarà nelle fasce imbrattato, vi rimarrà per più tempo tra la putredine, e 'l lezzo, che non vi rimarrebbe, potendosi, con pochissimo fastidio, cavarnelo, appena che si sente lagnare?

Io credo cosa difficilissima il ben fasciare un bambino; e credo all'incontro, che 'l fasciarlo perfettissimamente sia opera per lo meno inutile; ma che non facendosi

colla

colla maggior perfezione, riesca così nociva al bambino, che 'l renderà rachitico, e contraffatto, gli offenderà notabilmente il petto, farà molto patire lo stomaco; ed egli ne risentirà per tutta la vita i cattivi effetti, i quali ne renderanno certamente assai più breve il corso.

Non so quanto sia antica questa stravagante pratica del fasciare: verisimilmente si può credere originata dalla rea indifferenza di qualche sconsigliata Balia, la quale avvolse forse in quella foggia il bambino, che nutriva, per accorrere ad altre faccende, credendo d'aver fatto assai, col preservarlo solamente dal freddo.

O pure si sarà fatta la pruova di fasciare qualche bambino contraffatto; ed ess endosiper questo mezzo ottenuto di raddrizzargli qualche parte mal conformata del corpo, si sarà poi creduto, che bisognasse per tal cagione mettergli tutti nelle strettoje; giacchè delle migliori invenzioni si fa, che in ogni tempo si è fatto abuso.

Quanto a me, preferirei alle fasce anche, se bisognasse, la somma negligenza delle More, le quali mettono, senza cerimonia, i loro figli sulla terra, e si occupano a travagliare ne' campi. Quando il bambino (come ci vien riferito) ha bisogno di nutrimento, si aggrappa a una delle anche della Madre, e stringendola colle ginocchia, e co' piedi va colle mani a cer-

cercare la poppa, la ſucchia quanto gli baſta, e poi ſi laſcia cadere, e ſi addormenta, aſpettando che ritorni la fame a deſtarlo, per ricominciare l' iſteſſo gioco, ſenza che la Madre punto ſi diſtolga dal ſuo lavoro.

Qual maniera debba tenerſi, in vece del faſciare i bambini.

Un bambino di poco nato, in cui non appariſca difetto di conformazione, va meſſo ſemplicemente in morbidi, e ben aſciutti pannilini, e ravvolto poi, ma ſenza ſtrignerlo, in una picciola coltre di lana, arroveſciandovi dalla parte di ſopra un pannolino ſottile, per non fargli toccare dalla lana il volto delicato. A queſto modo ſarà egli collocato ſopra un materaſſuccio piano dentro la culla, le cui ſponde guernite di cuſcinetti oltrepaſſino, ſe ſi vuole, di ſei in otto pollici il bambino, diſteſo in eſſa orizzontalmente con uno de' lati ſotto, per agevolare l'eſito delle flemme, che gl' imbarazzano l' aſperarteria; poichè tal eſito agevola la reſpirazione; e perciò vuol averſi la cura d'andarle togliendo, ſecondochè eſcono; e più che ne uſciranno, ſenza eſſere il petto compreſſo, meno il bambino ſarà ſoggetto a quelle toſſi oſtinate, produttrici ſpeſſe volte di peſſimi accidenti.

Si ha per coſtume di collocare ordinariamente nella culla ſul lato dritto i bambini, col diſegno, ſenza dubbio, che gli alimenti eſcano dal piloro, ſenza riſalire, contro la loro proria gravità, per paſſa-

re

re nelle budella. Tal diligenza può avere qualche cosa di buono; ma val meglio però di mettergli ora sull'uno, ora sull' altro lato; perchè, oltrechè lo stomaco viene a cambiare un poco di sito, quando contiene gli alimenti, si dee anche riflettere che una posizione troppo costante in quell'età potrebbe produrre altri maggiori disordini.

Bisogna ne' primi tempi dell'infanzia tenere ben guardati i bambini dal freddo, il quale spesso loro cagiona un catarro, o una diarrea, e talvolta l'uno e l'altro male insieme.

Si farà bene a metter loro una picciola camiciuola di lana colle maniche, per ricoprire le braccia, le quali ne' bambini sono sensibilissime al freddo: dee scendere questa camiciuola fino all'ombelico, e allacciarsi per di dietro; così sosterrà essa il loro corpicciuolo, senza punto comprimerlo. Certa cosa è, che se i Genitori osservassero un regolamento più austero di vita, non avrebbero tanto bisogno i figli d'esser difesi dal freddo, e ne risulterebbe un utile grandissimo per la loro complessione, e anche per la loro vita. Ma tra' Sibariti mai non si troveranno degli Ercoli.

Si debbono i bambini mantenere puliti il più che si può; poichè la pulitezza facilita in essi una soave traspirazione, e gli

fa ſtare allegri e giocondi: queſta allegrezza mette in azione gli ſpiriti animali, favoriſce la circolazione, e per conſeguenza la nutrizione di tutte le parti.

Riflette parimente il Signor de Buffon, che tanto è neceſſaria la cura della pulitezza, che anche i popoli ſelvaggi ci badano. Aggiugne queſto inſigne Autore, che non avendo eglino biancheria, e non potendo sì ſpeſſo cambiare le pelli, che in ſua vece adoperano, come noi poſſiamo i pannilini, ſuppliſcono a tal difetto, col mettere, dove conviene, qualche materia così ordinaria, che non vi ſia biſogno di riſparmiarla.

Abbiate dunque l'avvertenza di cambiare i panni a' bambini, appena che ſono bagnati, o ſporchi: altrimenti reſpirano un'aria cattiva; e nelle natiche, e nelle anguinaje loro naſcono certe macchie roſſe, che danno un prurito, e un bruciore molto tormentoſo a quelle picciole creature. E quì ſi riconoſce un altro vantaggio del non faſciarle; perchè, potendoſi allora più ſpeditamente cambiare i panni, è veriſimile che le Balie gli cambieranno più ſpeſſo.

Mi piacerebbe aſſai l'uſo, che ſi pratica in Turchia, di laſciare nella culla, e nel ſuo materaſſuccio un vano, per cui cadono gli eſcrementi, purchè però ſi aveſſe la cura di ſpeſſo vuotare il vaſo, che

gli

gli riceve, e di lavare quel cuſcinetto, che ne copre gli orli. Ma queſta comodità ſarebbe un preteſto di più per la negligenza delle noſtre Balie, e per la tenera vigilanza d'una Madre ſarebbe ſuperflua. Deriva tal pratica nell'Oriente dalla Legge Muſulmana, per cui ſi contrae impurità, toccandoſi quelle materie.

Caſo particolare, in cui è neceſſaria la faſcia:

Il metodo del faſciare conviene, quando i piedi, e le gambe, o le ginocchia, o le coſcie del bambino eſigeſſero una poſizione sforzata, per potere, ravviſandovi qualche difetto di conformazione, raddrizzarle: e in tal caſo biſognerebbe adoperare varj piccioli piumaccetti piani, da giudizioſa mano adattati ne' luoghi convenevoli, per mantenere unicamente la parti deformi nella direzione, che naturalmente debbono avere: poichè ſe 'l bambino, il quale non laſcia di muoverſi, gli fa cangiare di ſito, e reſta in tal cattiva poſizione riſtretto, vi è pericolo che quelle tenere e delicate parti, ſtando così compreſſe, in vece di raddrizzarſi, maggiormente non ſi deformino; inconveniente, che ſpeſſo accade nel faſciargli, come ordinariamente ſi faſciano.

NUTRIMENTO.

Prima di preſentare la mammella al bambino, non ſarà ſuor di propoſito d'oſſer-

vare se 'l capezzolo è netto, e di farne uscire alcune goccie di latte, colle quali si lavi un poco.

Bisogna dargli latte ogni due ore, all' aria aperta, per quanto è possibile, e poco per volta. Tardandosi più tempo, ne succhierebbe poi troppo, e farebbe cattiva digestione.

Ho detto che bisogna stare all'aria aperta, quando si dà la poppa a' bambini; sapendosi, che quanto più l' aria è elastica, tanto maggiormente loro agevola l' azione del succhiare, e che in un' aria rarefatta, come sarebbe dentro a una stanza tutta chiusa, non potrebbero, senza gran fatica, attrarre un poco di nutrimento.

Gl' intervalli, che si frammetteranno di tempo, debbono essere proporzionati alla quantità, che si dà di latte in ciascuna volta; cioè a dire, per le prime sei settimane dopo nato il bambino, se gli somministra il nutrimento più spesso, e in minor dose per volta, senza però disturbarlo per questo dal sonno la notte*, di maniera che aumentandosi insensibilmente la quantità del cibo per ogni volta, secondochè egli cresce, e si va accostando al

(*) Non mancherà di destarsi da se medesimo, quando lo sollecita l' appetito: e stando libero nella sua culla, si saprà allora certamente che 'l desta la fame, e non già, come suole frequentemente accadere, la molestia, o 'l dolore cagionatogli dalla fascia.

al terzo mese, si possono frammettere degl' intervalli alquanto più lunghi.. Del rimanente l'appetito, il sonno, e i lamenti del bambino ne regolano per l' ordinario la condotta, più che 'l raziocinio generale, che possiamo quì farne. Ma se questo raziocinio non può rassomigliarsi alla vela, che conduce il vascello, fate che rassomigli almeno un poco al timone.

Avviene alle volte, che la lingua del bambino è talmente al di sotto frenata dallo scilinguagnolo, che non può egli liberamente muoverla, per valersene a strignere il capitello della poppa, e trarne tutto l'alimento, che gli bisogna. Dee a questo porre mente il *Raccoglitore* del parto, esaminando subito, come abbiamo di sopra avvertito, tutte le parti del nato bambino. Questa però alle volte non gli riesce di poterla ben osservare; ma nell' accostargli, alcuni giorni dopo, a un pollice di distanza la poppa, si vede meglio; poichè così stenderà egli la lingua, s' è libera; e se pare impedita, si chiamerà qualche perito Cerusico, per esaminarla, e per isciogliera, se bisogna. Questa operazione, per quanto sia semplice, richiede un' attenzione, di cui non dee ognuno stimarsi facilmente capace, nè per conseguenza arrischiarsi a farla, siccome alcune Balie imprudentemente se ne prendono la libertà.

Una Balia alquanto accorta (se pure al-

cune ve ne ha) saprà ben distinguere, se'l bambino grida per dolore di ventre, o per fame, che abbia. Primieramente avvertisce, se tieno più di due ore, che non abbia succhiato; e in tal caso l'acquieta subito: se poi il bambino patisce, se ne accorgerà da' gridi più acuti, e meno seguiti, e dal trovargli il ventre più sensitivo, duretto, e un po' gonfio; e allora non sempre conviene di dargli latte, perchè forse gli accrescerebbe il dolore; ma si può nel bisogno ricorrere a certi soccorsi più efficaci, che somministra la Medicina, de' quali io non farò parola, perchè appartengono alla classe de' medicamenti. Aggiugnerò soltanto d'aver motivo di credere, che se si abolisse l'uso delle fasce, molti dolori di ventre si risparmierebbero certamente a' bambini.

Un Medico giovine (*), celebre già nella Repubblica Letteraria, le cui opere non mi sono riuscite affatto inutili, pretende, che atteso i costumi del secolo, non si debbano più nutrire i bambini col latte delle Donne, nè anche con quello, che la Natura determinatamente nel seno della Madre dopo il suo parto conduce, per alimentare colui, che ha messo al Mondo. Questo Autore, il quale avrà senza dubbio inteso parlare con più specialità delle

(*) Mentre si stava questa operetta stampando, si è intesa con dispiacere universale l'improvvisa morte di questo amabile Letterato.

delle Donne abitatrici di Città grandi, sostiene il suo nuovo sistema, dicendo che se le antiche Donne faceano bene a nutrire elleno stesse i loro figli, quelle de' tempi presenti faranno anche bene a non alimentargli nè col propio latte, nè con quello di altre Donne, a motivo che 'l Genere Umano troppo è divenuto vizioso, e corrotto. Pretende di più, che una continuata analogia sia pregiudiziale alla specie umana; che convenga d' interromperla, perchè questa non imbastardisca; e che perciò si debbano incrocicchiare le razze ne' matrimonj, facendo sposare le persone naturali del paese colle straniere, per non accumulare i vizj ereditarj delle Nazioni. Reca per esempio, che i grani seminati sempre nel medesimo terreno, tralignano; e che le razze degli animali, che si accoppiano maschio e femina dell' istesso paese, sono meno perfette di quelle, che si producono col concorso d' un animale d' un' altra Provincia.

Io non so se questo ragionamento, specioso per certi versi, abbia poi una base ben salda di osservazioni. Ma non crederò mai di doversene fare tal conto, che si abbia per esso a privare un bambino, che nasce, di quel nutrimento elementare, che la Natura, sempre saggia ne' suoi disegni, fa abbondare, quando bisogna, nel seno d' una Madre sana, per servire alla conservazione, e all' accrescimento del figlio;

e che ciò non ostante si abbia a preferire il latte degli animali, perchè sono meno delle Donne soggetti alle moleste impressioni del corpo, e dello spirito. Anzi io porto piuttosto opinione, che non vi sia cosa tanto confacevole al bambino, quanto la sostanza, nella quale è stato conceputo; e che la natura, la quale tutto indrizza al miglior fine, dia al latte della Madre una graduata preparazione, che senza dubbio ha una perfetta corrispondenza colla disposizione degli organi del figlio; cioè a dire che 'l latte della Madre ha tal preparazione nel primo mese, che riesce quel preciso nutrimento, che per l'appunto si conviene a un bambino di quella età; che in appresso questo latte è nuovamente dalla Natura preparato, per soddisfare ad organi renduti più forti. Questa medesima analogia, contro di cui il nostro Autore si scaglia, io la stimo confacentissima a' delicati canali *escretorj* d'un bambino di poco nato; poichè siccome nella Madre si prepara per lui il sugo nutritivo, così tutto in lui si ordina, e si dispone a riceverlo. I suoi teneri vasi, suscettibili di quel sito, e di quella capacità, che loro convengono, si piegano, e si volgono nella maniera più idonea a perfezionare, e a far crescere, senza pericolo, il suo picciolo corpo.

Se quì mi fosse permesso di prendere alcune mire più alte, potrei, senza troppa teme-

temerità, arrischiarmi a dire, che verisimilmente la Morale vi guadagnerebbe anche molto; e che vi è motivo di credere che sarebbe questo un mezzo opportuno per ovviare la decadenza di molte famiglie: nelle quali si vedrebbe altresì regnare molta più unione, e concordia, che ordinariamente non se ne trova; perchè la somma differenza della qualità de' sughi nutritivi, di cui si alimenta ciascun bambino in quella debole età, nella quale non agisce la riflessione, non è forse, quanto si pensa, aliena dalla diversità de' loro caratteri, e da una certa antipatia, che gli divide talvolta sì crudelmente tra loro. Ma queste riflessioni sono estranee dal mio soggetto, al quale so presto ritorno.

Non ostante però quanto abbiamo finora detto, bisogna pur confessare, che più sarebbe a proposito il nutrire i bambini di buono latte d' animali, che del cattivo di Donna; che 'l buono latte di Donna è forse più raro, che 'l buono latte di vacca, di pecora, di capra, d' asina ec. Ma, in eguaglianza di qualità, quello di Donna merita sempre la preferenza; essendo una sustanza non del tutto animale, nè del tutto vegetabile; e perciò più confacevole al bambino, il quale è stato di questa medesima sustanza nutrito fin dalla sua prima formazione nell' utero della Donna. Se la Madre gode buona salute, e rende tal sostanza dalle mam-

mammelle, non vi ha dubbio alcuno che sarà questa una felicità del bambino, già addomesticato, per così dire, con questo a lui naturalissimo cibo. Conchiudo dunque, che non si dee mai ricorrere al latte degli animali per li primi sei mesi dopo il parto, fuorchè nel solo caso che non se ne rinvenga del buono di Donna.

Che 'l latte degli animali restituisca spesse volte la salute agl'infermi, ciò non basta a conchiudere che sia il migliore per li bambini di fresco nati. Poichè non è 'l latte di donna meno efficace contra le malattie di quegli adulti, che non ripugnano a prenderlo: anzi questo medicamento non sarebbe forse tanto negletto da' Medici, se potesse più agevolmente praticarsi. Qual motivo dunque abbiamo di non credere, che per la sua maggiore affinità, sarà da' bambini molto meglio digerito, che non è quello degli animali? Che farà miglior lega col loro sangue, appunto perchè ha con esso maggiore analogia? Questo fenomeno ci viene dalla Fisica dimostrato in tutte le cose naturali. Sicchè se 'l latte donnesco è di buona qualità, non può dubitarsi, che essendo più analogo al bambino, il nutrirà meglio, e 'l farà mettere meglio in carne. Bisogna dunque cercare questo latte proficuo, il quale si troverà nella Madre, o almeno in una Balia, nella quale si uniscano tutte le

qua-

qualità, che abbiamo a tal oggetto in essa desiderate. Altrimenti bisogna supplire col latte degli animali. Vediamo ora quale razza di animali meriti d' essere preferita.

In difetto di buono latte di Donna si può dare a' bambini quello degli animali: e s'egli è vero, che le disposizioni del nostro corpo partecipano della qualità degli alimenti, de' quali ci siamo nutriti, massime nella prima età, ogni Nazione mi pare che dovrebbe fare scelta d'un latte, che valesse o a temperare, o a dare maggiore attività al suo sangue, ed a' suoi umori. In questa ipotesi, tutti i Popoli Settentrionali d' Alemagna dovrebbero, per esempio, nutrire i loro figli di latte di capra, per attenuare in essi gli umori, e per accelerare la troppo lenta circolazione de' medesimi. Forse così diverrebbero più allegri, e acquisterebbero maggior vivacità di fantasia, e di corpo; poichè sa ognuno che la capra è giocosa e randagia, che ama di saltare, e andar vagando, e che i suoi umori sono senza dubbio ben attenuati, della quale attenuazione dee il latte parteciparne. Al contrario gl' Italiani, per l' istesso sistema, avrebbero a dare a' loro bambini il latte di vacca, ad oggetto di rallentare il rapido corso de' loro fluidi, e rendergli meno sottili, più sustanziosi, più tenaci, e più sodi. E tra questi due punti d'opposta di-

re-

rezione potrebbero gli altri popoli regolarsi.

Se col nutrirsi dalle proprie Madri i bambini, verrebbe la popolazione a scemarsi?

Il degno Autore, che ho di sopra citato, crede, che se le Madri lattassero i loro figli, si anderebbe la popolazione a poco a poco scemando. Io m' impegno a dissuaderlo di tal opinione, e a dissuaderne altresì tutti coloro, che pensano dell' istessa maniera, proccurando di dimostrare, che se le Madri nutrissero col propio latte i figli, sarebbe questa una via sicura di popolare il Mondo di maggior numero di buoni, e robusti Cittadini.

Una Madre sana, e ben complessa, che latti i suoi figli, ben lungi dal perdere la salute, se la corrobora maggiormente. Questo è un fatto, che più esaminato, più si conferma. Parlo quì di una Donna, che sia di buon temperamento, e non già d' una assolutamente tisica, o che non si nutrisca a dovere, nè tampoco d' una Balia povera, che allatta talvolta due bambini a un tempo. Questa Madre, dico, che nutrisce il suo figlio, concedo che avrà molti incomodi. Ma tutti questi incomodi finalmente, i quali per una Donna alquanto intelligente (*) non sono gran cosa, saranno quasi nulla per una Madre, la qua-

(*) L' incomodo è in ragione inversa dell' intelligenza, e della destrezza; vale a dire che meno si ha di destrezza, e d' intelligenza, più fatica si farà per eseguire l' istessa faccenda, quando non esige troppa forza corporea. Questa è una verità, che tutti conoscono, ma pochi vi fanno riflessione.

quale ordinariamente s' incomoda con piacere pe' figli.

Il toccamento delle labbra d'un bambino produce nel cuore d' una tenera Madre un sentimento deliziosissimo. La naturalezza delle sue grazie, i suoi movimenti, i suoi gesti la rapiscono; e mirandolo anche quando e' dorme, ne prova un interno trasporto di gioja. Di quì nascono quelle impressioni di tenerezza, che le Donne anche rozze, e straniere così spesso risentono pe' fanciulli da loro nutriti.

Se la passione, che una Madre infallibilmente prende al suo figlio, le cagiona di tempo in tempo qualche picciola inquietudine, la soddisfazione, che prova nell' adempire il suo dovere, le reca in compenso un interno diletto, e una contentezza di spirito, per la quale la circolazione si fa in lei a maraviglia; ed Ella ne acquista un appetito regolare e costante, che le ristora abbondevolmente le forze. Quando viene il tempo di spoppare il bambino, lieta la Donna della sua opera, starà di buono umore, non infestata di fiori bianchi, nè d' alcun' altra di quelle infermità, contrarie al concepimento, o produttrici d' aborto, così frequenti alle Donne, che non allattano. Allora, ritrovandosi riposato il Consorte (senza però ch' io voglia obbligarlo a una continenza troppo rigorosa verso la Moglie; poichè meglio sarebbe d' accostarsi a lei, in tempo che

che latta, dopo il quarto mese, a rischiò anche di renderla incinta, il che di rado succede; che di sviarsi in altri amori: ma se la sana ragione, e la prosperità della sua famiglia hanno qualche dominio sullo spirito, e sul cuore di questo buono Padre, il faranno pazientare pochi altri mesi); allora, dico, tutto stima, tutto amore verso la Moglie, nella quale gli parrà di ritrovare ogni volta una cara innamorata, si darà in preda alle tenere sue carezze; e l'effetto de' loro casti amplessi sarà il sollecito concepimento d' un vigoroso figlio; sapendosi che la Donna dal lattare ne acquista fecondità, e che per tal cagione è stato questo uso con ottimo successo abbracciato dalle buone Cittadine, che desiderano numerosa posterità; talchè una Madre, che col suo latte si alimenti tutti i frutti della sua conjugale unione, può, senza anticipazione, facilmente procreare sei figli in dodeci anni di matrimonio, i quali, essendo da lei nutriti, si dee presumere che cresceranno tutti sani, e vigorosi. Questi figli poi, conservandosi ben complessi, saranno più atti alla generazione, e perpetueranno così una numerosa e robusta discendenza. Chi mai dunque potrà, a vista di queste poche osservazioni, temere che debbano, per effetto di questo lodevole costume, spopolarsi gli Stati?

Os-

OSSERVAZIONI.

Sono i bambini soggetti a un numero grande d' infermità, come per esempio a rotture, a vermini, a infreddature, a uscite di corpo, ec. Il rilassamento delle fibre, e le grida troppo acute producono le rotture. I vermini sono cagionati dagli umori viscosi e acidi. Le altre malattie derivano tutte dalle cattive digestioni. Per ovviare a questi vizj dello stomaco, bisogna, siccome di quì a poco osserveremo, dare il bando alle pappe, che tra noi si praticano, di farina. E nel caso che la digestione non si faccia a dovere, non sarebbe fuor di proposito di fare inghiottire al bambino una cucchiajata di buon vino per giorno, perchè i corpi grassi, ed oliosi non altrimenti si dissolvono, che per mezzo degli spiritosi.

Maniera d' istruire le Balie.

Qual vantaggio sarebbe per un popolo, se tutte le Madri sane lattassero i loro figli, o se almeno, meglio istruite del loro mestiere le Balie, non ignorassero un infinito numero di particolarità, quanto semplici e facili a praticarsi, altrettanto utili, e necessarie alla conservazione del Genere Umano!

Io crederei, che se si obbligassero i Pastori delle Chiese di Campagna a istruirsi in questa importante materia, per istruirne poi le Balie, potrebbero eglino, per

via

via di ſpiegazioni elementari, inſegnar loro in queſto ſuggetto mille rilevanti coſe, delle quali ſono tutte al bujo, e che pur dovrebbero tutte ſaperle, per l' intereſſe de' bambini lattanti, e in conſeguenza dell' Umanità. Ed ho per certo, che ſarebbe queſto un mezzo di conſervare ogni anno allo Stato un gran numero di Cittadini, che infelicemente periſcono, o rimangono infermi, per colpa, o per imperizia delle Balie.

Se tali iſtruzioni utili, e veramente paſtorali, degne al certo d' un Miniſtro di Dio, veniſſero nell' iſteſſo tempo accompagnate da qualche premio per quella Balia, che meglio ſi diſtingueſſe nella teorica, e nella pratica del metodo più convenevole di nutrire, e di allevare i bambini, ſi troverebbero le Campagne popolate di ſavie Nutrici, le quali ammaeſtrerebbero le loro figlie in queſto importante meſtiere, e più non regnerebbe in queſta ſorta di genti quella ſtupida e barbara ignoranza, che oggi vi regna, e che fa languire l' Umanità oppreſſa da tanti mali.

Se alcuno forſe mi oppone, che non ſieno queſte funzioni compatibili colla dignità del Sacerdozio, mi prenderò la libertà di proporre a tutti i Capi, che preſiedono al governo delle Provincie, di diſtribuire ne' diverſi quartieri de' paeſi, ſottopoſti alla loro giuridizione, un numero ſufficiente di Medici, o di Ceruſici, i quali ſieno pie-

pienamente capaci di ben riuscire in questa importante carica: e potrei anticipatamente assicurare questi Signori, che 'l denaro così bene impiegato nella Campagna per la conservazione de' Cittadini, produrrebbe in tutti gli anni il più considerabile vantaggio allo Stato in generale.

Sugli effetti del lume.

Nella stanza, dove sta il bambino in culla, non dee il lume essere troppo vivo, acciocchè non iscuota con violenza l' organo debole della sua vista. Di più dee questo lume venirgli non già di lato, ma dalle spalle, oppure in faccia, s' è molto placido; badando similmente che sia sempre uguale per tutti e due gli occhi. L' istessa avvertenza bisogna anche avere, quando si lascia la sera qualche lampade nella stanza; imperocchè potrebbe il bambino divenire losco, fissando sempre lo sguardo verso l' istessa parte; e 'l diverrebbe certamente da quel lato, onde gli viene il lume. Anzi questa abituazione troppo costante può giugnere anche a rendergli il collo torto, e a incomodarlo maggiormente in appresso. Avvertano altresì le Balie, quando gli presentano qualche cosa, di non accostargliela troppo agli occhi, perchè così si avvezzerebbe insensibilmente a guardare troppo da vicino gli oggetti.

Quando il bambino si desta, non si dee, nel toglierlo dalla culla, esporlo subito in faccia al lume, il quale gli scuote così

 for-

fortemente l'organo della viſta, che i nervi di queſta gentiliſſima parte ſi convellono, e fanno violentemente aprire e chiudere gli occhi a' bambini. Poſſono da queſta imprudenza naſcere degli accidenti così pernicioſi agli occhi, che ſono talvolta capaciſſimi di rendergli ciechi, o di alterare la loro viſta per ſempre. La precauzione di non vedere tutto a un tratto una gran luce, all'uſcire dalle tenebre, è utile in ogni età. L'eſperienza, e la cognizione della ſtruttura dell'occhio manifeſtamente ci dimoſtrano la neceſſità, che abbiamo d'uſare queſta prudente cautela. E ſe io dico oltrove, che dopo l'età di di cinque o ſei anni, ſi abbia a dormire in un letto ſenza cortina, non pretendo per queſto d'impedire, che non ſi tengano avanti le fineſtre le portiere di ſeta verde.

Quando la Balia è in letto, dee alzarſi ogni volta che dà latte al bambino; perchè 'l ſonno può facilmente tradirla, ed eſporre la vita di quell'innocente.

Che non reſpiri un'aria impura.

La culla non dee tenerſi a lato al letto della Balia, in maniera che ſtia ſotto la ſua cortina; perchè l'aria ivi non è molto pura. Si dee eſſa culla coprire talmente, che vi ſi poſſa l'aria ſempre rinnovare; altrimenti il bambino reſpirerà un'aria fetida e guaſta, la quale ha perduta la ſua elaſticità, e gl'introduce nel petto il ſuo veleno ſottile, per cui egli

non

non potrà quasi più respirare, e ne acquisterà per lo meno un affanno leggiero, che l'incomoderà per tutto il corso della sua vita, e gliela renderà certamente più breve.

Abuso della culla.

Mai non cullate i bambini, per addormentargli. Questo è un uso perverso, dal quale possono derivare pessimi effetti nel cerebro troppo tenero de' medesimi. Quel moto gli fa addormentare, perchè gli stordisce; ma la digestione intanto non si fa così naturalmente, come dovrebbe farsi. Di più può loro quell'agitazione cagionare de' vomiti, fare inacidire, o alterare il latte, che hanno ancora nello stomaco, e farne seguire dolori forti di viscere. Non veggo qual inconveniente vi sia di lasciare in riposo, e in libertà un bambino dentro la culla; la nazione stessa de' suoi sensi lo porterà sempre a dormire, purchè stia a suo agio, e che nol molesti niuno bisogno. Si danno bensì de' casi, ne' quali il dimenare un poco soavemente la culla potrebbe acquietarlo, distraendolo un poco da' suoi mali, e invitandolo forse al sonno; ma l'abuso, che se ne fa, è così odioso, che val meglio bandirlo affatto. E' sembra che le Balie altra attenzione non abbiano, che di mettere in pratica tutte le invenzioni le più nocive alla salute de' bambini lattanti; onde è un orrore a sentirsi il numero, che ne perisce, e 'l mi-

fero ftato di quelli, che la morte non ha ancora rapiti (*).

Quando la Balia foffia il nafo al bambino, dee ciò fare colla maggior delicatezza poffibile, per non deformarglielo; poi-

Attenzione nel foffiare il nafo a' bambini.

(*) Racconterò a tal propofito un fatto, del quale ne fono ftato teftimonio oculare. Una Dama foreftiera, tratta dalla curiofità nella Capitale d'un bel Regno, andò ivi un giorno a vedere una di quelle Cafe, che la favia Politica, unita a una generofa Pietà, aveano magnificamente fondata per ricovero de' poveri bambini, che fi trovano efpofti. Non può maggior proprietà defiderarfi di quella, che fi vede nell'interna ftruttura di quefta Cafa di carità: tutte le minuzie vi fono colla maggiore efattezza efeguite. Ci affrettammo a falire in una fala ben alta, nella quale trovammo quaranta, o cinquanta letticiuoli con fomma politezza tenuti. Vi erano in quefta fala tre Balie con quindici bambini, de' quali il più crefciuto potea avere dodici, o quindici giorni. Ma fcemoffi a un tratto il piacere della Dama, al vedere quei bambini che erano tutti offa, e pelle, e quafi fpiranti. Domandandone la cagione a una Religiofa, che ci accompagnava, le rifpofe coftei con tutta la tranquilità: *Effere felici quei bambini morendo, poichè andavano a godere l'eterna beatitudine*. Indi immediatamente foggiunfe: *E' ben anche a defiderarfi per quefto ofpedale, che non tutti i bambini, che vi fi recano, vivano lungamente, perchè non farebbero le rendite baftevoli a mantenere tanti*. Non credendo la Dama foreftiera alle fue propie orecchie, e volendo replicata la rifpofta, la Religiofa le fpiegò anche con maggior energia l'ifteffo penfiero. Allora ftupefatta la Dama, ufcì da quel luogo, deplorando le fciagure dell'avarizia, e gli errori d'una mal intefa pietà.

poichè 'l naso de' bambini è quasi una molle cera, facilissimo a ricevere tutte le cattive impressioni, che vi si fanno: e una deformità in esso, oltre all' essere sconcia cosa a vedersi, nuoce spesso eziandio al senso dell' odorato, e può cagionare accidenti anche di maggior conseguenza. Per l' istessa ragione dee badare la Balia, che 'l bambino non se lo schiacci da se medesimo, appoggiandolo troppo fortemente alla poppa, mentre che succhia.

Non ba-ciargli.

Non è buono a lasciar baciare i bambini da ogni sorta di gente, al che per l' ordinario non troppo si bada. Per poco che un bambino è vezzoso, suol nascere a molti il piacere di più volte abbracciarlo; e intanto alcuni, che hanno il fiato troppo grosso, o la saliva guasta, possono con queste carezze fargli nascere delle bolle sul viso, delle ulcerette intorno alla bocca, e cagionargli anche qualche cosa di peggio. Onde sarà a proposito l' usarvi un poco di attenzione.

Nel portargli in braccio.

Quando si portano i bambini in braccio, bisogna avvertire di passargli spesso da un braccio all' altro, acciocchè non prendano l' abito d' abboccarsi più dall' uno, che dall' altro lato; onde col tempo popotrebbero essi contrarre qualche difetto di conformazione nelle vertebre, e in tutto il lato, che ha ricevuta quella pressione. Sembreranno forse queste minuzie puerili; ma conviene di persuadersi, che non vi ha

cosa indifferente nel metodo di allevare i bambini.

ESERCIZJ.

Non prima del nono mese può principiarsi a far camminare i bambini; e non sarebbe male l'aspettare anche che si spoppassero; perchè, cominciandosi più per tempo, come si ritrovano ancora troppo deboli le anche, e tutte le altre parti, che hanno a sostenere il peso del corpicciuolo, saranno eglino obbligati d'andare barcolloni, dal che ne acquisteranno fievolezza, o piuttosto difetto nelle vertebre lombali. In fatti la loro colonna vetebrale non ha ancora bastante consistenza per mantenergli, e può piegarsi da un lato, o dall'altro, e rendere contraffatto il bambino. L'istesso non è già delle gambe, e delle braccia, che bisogna lasciar sempre libere, perchè si stendano, si sviluppino, e si fortifichino bene.

Contuttociò, se troppo per tempo sarà messo a camminare un bambino, potranno anche le gambe contrarne deformità, e debolezza; deformità, perchè stando egli in piedi, cercherà, per meglio sostenersi, d'appoggiare un ginocchio contra l'altro, ed insensibilmente diverrà strambo (*); de-

(*) Questo inconveniente mi sarebbe di qualche ostacolo contro il metodo degli antichi Peruani, i quali calavano i loro bambini fino alla metà del corpo dentro un buco cavato in terra, e guer-

debolezza, perchè l'esperienza, e la meccanica ci dimostrano che gli uomini, che hanno storte le gambe, mal vi si reggono sopra.

Prima dunque di mettere a camminare i bambini, è a proposito di aspettare che sieno le loro gambe un poco fortificate; e perchè ciò si ottenga più presto, bisogna che possano a lor piacere dimenarle, quando stanno seduti, o coricati, e che stieno esposti all'aria dalla mattina alla sera.

Il metodo d'avvezzare a camminare i bambini, sostenendogli colle faldelle, non mi pare degno d'approvazione, perchè fa loro troppo sollevare le spalle, e alle volte anche più assai l'una, che l'altra. Di più si avvezzano a piegarsi col corpo, perchè si sentono sostenuti; e possono in tal guisa contrarre un abito di mal camminare, il quale degeneri poi in un vizio di conformazione nelle vertebre. Queste faldelle, mi sembra, che dovrebbero semplicemente servire, come una specie d'ajuto, in caso di bisogno, sul pavimento, e che basterebbe a tal effetto tenerle lente; o, a rigore, sarebbe anche a proposito il non farne uso, perchè è meglio

e guernito intorno di pannilini, nel quale poteano dimenarsi, come loro piacea. Parmi dunque, che sostenendo le gambe un troppo gran peso in quella debole età, ne avesse a risultare qualche vizio di conformazione in quelle parti. Del rimanente la sola sperienza è quella, che può dileguare, o confermare tal dubbio.

che 'l bambino apprenda a camminare di per se stesso. Se gli presenta, a tal oggetto, a picciola distanza qualche cosa, che gli faccia piacere: il desiderio, che avrà egli di possederla, gli farà disprezzare quel picciolo pericolo d'andare solo a cercarla; e così ne acquisterà della forza. Onde, continuando in appresso a fargli un poco più da lungi questo invito, si vedrà fra breve tempo camminare di per se stesso il bambino, senza il minimo inconveniente, purchè non se gli faccia principiare questo picciolo esercizio, che all'età, come ho detto, di nove, o dieci mesi.

Al bambino, che incomincia a camminare, se gli dee tenere sempre fermato al capo un cercine, fatto in maniera che, benchè sia fortemente compresso dalla parte d'avanti, sporga più in fuori del naso d'esso bambino, acciocchè, se cade, se gli difenda, per quanto si può, questa parte del volto; la quale tuttavia non è sicura, perchè 'l bambino nel cadere alza ordinariamente la testa, e talvolta non l'alza abbastanza, per rimanerne libero il naso. Contuttociò il cercine potrà sempre servire a' bambini di riparo a molte percosse.

Bisogna però usare ogni cautela, per non fargli incorrere in questi pericoli, e perciò non confidargli con troppa libertà ad altri fanciulli, che gli lascerebbero facilmente cadere, siccome di frequente avvie-

viene, e non sempre con buon successo. Fa anche di mestiere togliere dalla loro vista, e più dalle loro mani tutti gl'istrumenti, co' quali potrebbero perniciosamente ferirsi.

Ella è condotta altresì prudentissima il non abbandonargli per troppo lungo tempó a se stessi. Quando restano soli, si danno alle volte in preda alla noja, alle lagrime, e alla tristezza; il che bisogna evitare, per quanto è possibile, e badare principalmente che stieno allegri.

A qual età si debbano spoppare i bambini.

All' età di dieci, dodici, o quindici mesi si debbono spoppare i bambini. I denti, che allora compariscono, ci significano questa intenzione della Natura, e ci danno a conoscere che lo stomaco, sebbene ancora debole, ha però forza bastante per digerire alcuni cibi più sodi del latte. Ho inteso alle volte dire che i bambini, che poppano per troppo lungo tempo, divengano stupidi. Ma non veggo qual fondamento abbia questa opinione; poichè 'l latte di Donna è certamente molto meno denso di quello di vacca (*).

E

(*) Stupido è un Uomo, quando in lui le funzioni dello spirito, e del corpo sono ugualmente imbarazzate. Per riguardo al corpo, basta osservare se un selvaggio del Canadà, allattato ordinariamente da sua Madre fino all'età di quattro o cinque anni (poichè le Donne di colà hanno due sorgenti abbondantissime di latte) non superi infinitamente nel corso, e in tutti gli esercizj corporei il più valoroso Europeo.

E con maggior ragione direi, che se non poppano per un certo tempo ragionevole, non verranno sì prosperosi, perchè l'altro latte non passerà così facilmente nelle seconde vie, e per conseguenza ne rimarranno eglino più delicati. Ma forse questo appunto vorranno intendere coloro, che danno il nome di stupido a un bambino, che veggono ben nutrito, e grosso; giacchè spesse volte la gente parla senza capirsi. Io so una Città, nella quale, per uno stravolgimento insopportabile di fantasia, non amano di vedere grossi, e prosperosi i bambini, dicendo che in tal guisa rassomigliano troppo à' figli di contadini. E perciò si affaticano il più che possono a non meritare questa gran taccia; e per la maniera, come si conducono in tutte le cose, egli è a temersi che fra quattro, o cinque altre generazioni avranno tanti piccioli graziosi fantoccini in vece di figli.

Donne addette a spoppargli.

Non dobbiamo maravigliarci, se una Madre, che abbia ricusata l'occupazione di nutrire il figlio, sdegni anche la cura di attendere essa a spopparlo. Poichè è minor vergogna certamente di pagare una Donna per ispoppare, che di tenere una Balia. Ciò non ostante, se quì mi fosse lecito d'entrare in un minuto esame di questo ultimo abuso, o quante verità mi rimarrebbero a dire, che alla maggior parte delle Madri riuscirebbero dispiacevoli?

Met-

Mettendo da parte, che si fa divenire quasi straniero nella propia famiglia un fanciullo, allontanandolo così dalla Casa paterna, mi restrignerò solamente a dire, che oltre a questo, sono tanti altri gl'inconvenienti, che non possono compensare i due vantaggi, che s'incontrano, nel mandare i bambini a spopparsi in casa delle Donne, che ne fanno professione; cioè 'l primo della buona aria, in cui queste Donne, chiamerò *Spoppatrici*, ordinariamente dimorano; e 'l secondo dalla compagnia, che i bambini vi ritrovano degli altri loro coetanei. Per quanto dunque si vogliano questi due vantaggi stimare, valgono infinitamente meno del danno, che per necessità ne deriva da tale abuso.

Le *Spoppatrici* delle Città sono sempre Donne simulate, imperiose, interessate all'eccesso. La loro anima, sorda per abito a ogni sentimento di tenerezza, è unicamente dominata da una insaziabile avidità, che, per una vile moneta, le indurrebbe a disprezzare qualunque pianto d'un innocente bambino. Piene de' loro pregiudizj, sieguono queste Donne quella cattiva strada, indicata loro dall'avarizia, senza troppo impacciarsi, anzi senza conoscere il danno, che ne può risultare a tali, o a tali altri bambini: e se, per disgrazia, qualche accidentale bisogno esige un poco di maggiore attenzione per qualche bambino d'inferiore condizione, gli

fan-

fanno soffrire delle asprezze sì atroci, che sbigottiscono quegli sventurati innocenti, e gli riducono a una certa disperazione, per cui infallibilmente si strazia la loro salute, e forse ne perdono anche la vita.

Si dirà, che dee importare a queste Donne di ben allevare i bambini, perchè dal ben allevargli ne acquistano maggior numero di avventori. Rispondo, che tale sorta di gente più si lascia tirare da un picciolo guadagno presente, che da un profitto assai maggiore, che potrebbero in appresso promettersi, considerandolo come incerto. E perciò faranno sempre scelta de' peggiori alimenti, che possono più presto riempire, e saziare con poca spesa un bambino, senza riflettere che non sono propj a ben digerirsi, nè a somministrare sughi lodevoli al nutrimento d'un bambino alquanto delicato, il quale avrà già patita la disgrazia d' esser nutrito di latte di Balia. E se mai, per isventura, ad alcuna di queste Donne rendesse più conto il tenere un bambino ammalato, col soccorso, che ogni giorno ne avrebbe da' suoi parenti, non entrerei certamente mallevadore, che troppa cura ella si prenderebbe a farlo presto ristabilire, purchè non fosse la dieta il solo specifico del suo male. Poichè o che voi diate a queste Donne un bambino sano e vigoroso, o un bambino infermiccio, sempre, sopravvenendogli qualche accidente, vi allegheranno tan-

te

te ragioni, e tanti pretesti, che in apparenza vi saranno vedere non solamente nell' uno, e nell' altro caso pienamente giustificata la loro condotta, ma che di più voi siate loro tenuto di molto. E se mai di ciò dubitaste, eccovi pronta una turba di Comari, e di vicine, che stanno già colla bocca aperta, per attestarvi il fatto, in maniera da non potersi rivocare più in dubbio.

Non vi è cosa, secondo me, che più si apparrenga alla Madre, quando abita in luogo di buon' aria, che 'l divezzare ella stessa dal latte i suoi figli. Eccita la sua presenza l' attenzione di tutti coloro, che assistono; e l'amore materno previene molti mali, a cui i bambini miseramente soggiacciono in casa di queste avide ignoranti Donne, che fanno nella Città il pernicioso mestiere di slattare i bambini.

I Greci aveano anticamente il costume di solennizzare con un festino il giorno, nel quale si spoppavano i loro figli. E questa cerimonia, che si celebrava colla maggior allegrezza, diveniva per gli Sposi, come un secondo giorno nuziale, colla sola differenza, che in tale festa domestica si dava il primo luogo alla Madre.

EPO-

EPOCA SECONDA.

La quale contiene quello ſpazio di tempo, da che ſarà ſpoppato il bambino, fino a che giugne all'età di cinque, o ſei anni.

CReſce il Bambino lentamente ne' primi anni della ſua dimora nel Mondo, a proporzione di quello, che era prima creſciuto nell'utero, avendo ivi acquiſtato 18. in 20. pollici di lunghezza fra nove meſi; dove nel primo anno appena ne avanza ſei: e queſto accreſcimento va con determinata ragione ſcemandoſi fino alla pubertà, tempo, in cui ſi fa nel ſuo corpo uno ſviluppamento viſibile di tutte le parti.

Ne' primi anni della vita la teſſitura delle fibre è delicatiſſima, ſono gli organi teneri al maggior ſegno, e l'economia animale è ſoggettiſſima a' buoni, e a' cattivi effetti, nelle coſe neceſſarie alla vita, e alla ſanità del bambino, per perfezionare, e raſſodare il temperamento di lui.

VESTIMENTO.

S'egli è vero ciò, che l'oſſervazione c'inſegna, che le funzioni animali tanto meglio ſi facciano nel corpo umano, per quanto più libere ne ſono le parti, come po-

potremo non rimanere attoniti al vedere l'Europeo, cioè a dire l'abitatore della parte più culta del Mondo, seguire una strada del tutto opposta a quella, che gli viene dall'infallibile Natura indicata! Tosto che un suo figlio apre gli occhi alla luce, lo strigne subito tra' legami d'una fascia, come se volesse tiranneggiarlo, e indurlo fin d'allora a detestare quella vita, che gli ha data. Terminato questo tempo di prigionia, e di patimento, gli fa provare un altro supplicio; poichè non tanto esce quel bambino dalle strettoje della fascia, che viene messo al tormento d'un busto armato d'ossa di balena, il quale non gli cagionerà tanti gemiti, e tanti pianti, come la fascia; ma gli sconcerterà forse ugualmente quelle buone disposizioni, che avea seco recato, venendo al mondo, per godervi lungamente quella umana felicità, che può ivi godervi, cioè la *salute*, e la *libertà*.

Abuso de' busti.

Dirò quì tutto quello, che vi è di riprensibile nell'abuso di tali busti: e sebbene in questa Epoca io mi ristringo a determinare ciò, che meglio si convenga a' bambini, solamente sino a' cinque, o sei anni, molte cose però potranno anche applicarsi a una età più avanzata, senza che si abbiano nelle Epoche seguenti a ripetere.

Il busto di ossa di balena, che si fa portare a' bambini, non è loro in quella

età

età meno nocivo della fascia, che gl' imprigiona nel primo anno della loro vita. Sono tali busti una specie di corazza incomoda, e perniciosa, che resiste all'espansione d' un organo così essenziale, come è 'l petto; e non gli lascia più operare quel suo maraviglioso gioco colla dovuta perfezione; che fa ostacolo colla sua pressione alla giusta dilatazione del cuore; e impedisce al polmone di potersi stendere per tutti i versi: le coste così premute rientrano in dentro, e vanno a diminuire la capacità del petto, e a comprimere la sustanza medesima del polmone. Sicchè la moda, o piuttosto il supplicio dell'imbusto toglie la facoltà di liberamente respirare: e di qui hanno per lo più origine quelle tossi così ostinate, quelle deboli costituzioni di petti, quei temperamenti sì gracili, e molte altre di quelle croniche indisposizioni, che fanno menare una vita languida, e conducono più rapidamente al sepolcro coloro, che hanno avuto il petto imprigionato nella loro anzia.

Sa ognuno, che quando si ha lo stomaco, e 'l petto compresso, non si mangia; e che, ottenuta poi la libertà, o si divora troppo, o ritrovandosi corrugato, e talvolta invizzito per quella compressione, lo stomaco si rende inabile a ricevere la quantità di cibo necessaria al nutrimento del corpo. Il pregiudizio, che può nascere

re da questa alternativa, credo già che sia di per se stesso manifesto. All'incontro se si fa portare a' bambini un busto, che non gli stringa, si stimerà di non ottenersi il fine proposto. Ma quando si volesse un poco riflettere, che non si danno forse in una giornata due minuti di seguito, in cui un busto d'ossa di balena stringa ugualmente la vita, ma che dee stringerla più, o meno, secondo i diversi esercizj, e le diverse situazioni, in cui si trova il bambino, si comprenderebbe l'insufficienza di tale uso, e si direbbe che solamente un busto di facile elasticità potrebbe non essere così nocivo. Ma come mai potrà aversi questa maniera di busti? E anche avendosi, niuna utilità, siccome in appresso meglio dimostreremo, se ne potrebbe ritrarre.

Se 'l busto di ossa di balena è assai stretto, non vi ha dubbio che comprime diverse viscere, le quali ne rimarranno infallibilmente alterate, e che 'l bambino ne riceve un dolore, o almeno un disagio, che gli farà perdere quell'allegrezza, tanto per la salute necessaria in quella età. Onde resta melanconico, immobile, e senza agire, perchè non può liberamente più esercitare quei giuochi così favorevoli all'accrescimento, e allo sviluppamento della gioventù; e tutte le parti del suo corpo languiscono nell'oppressione, e nella quiete. E se contuttociò non credete,

che l'imbusto d'ossa di balena gli rechi patimento, ve ne accerteranno meglio le contusioni, che gli troverete sulle carni, che ne ricevono la pressione. Guardate un poco, se quella offesa se gli può fare impunemente, e senza oltraggio della Natura. Considerate i mali, che piangerà quel povero innocente, per la troppa compressione, che soffre ne' muscoli, ne' nervi, la quale siccome impedisce la libera circolazione degli umori nutritivi, così questi troppo abbondevolmente corrono in altre parti; onde il bambino si fa panciuto, e realmente deforme di corpo, per essersi preteso di formargli una bella vita. Questo è un disegno oltraggioso a quella legge, che si ha la Natura prefissa, per perfezionare la sua opera, e che si vede in altre più semplici Nazioni, nella gente di campagna, e soprattutto ne' bruti felicemente eseguita. Solamente il Cittadino inquieto è ricorso a un' arte barbara e perniciosa, per ovviare una deformità, che fa egli stesso nascere colle sue prevenzioni imprudenti; poichè non abbisogna la Natura delle nostre mal costruite forme, per rendere la sua fattura perfetta. Questa temeraria impresa ha disgustato ormai tutta la Gente di buon senso, la quale esorta, e scrive contro a queste mode detestabili; e in suo favore decide l'esperienza, che è 'l migliore giudice, dimostrandone i cattivi ef-

fet-

fetti. Ma che perciò? L'uso, il pregiudizio, e soprattutto le opinioni donnesche prevalgono sempre a' principj della più evidente ragione.

Nelle Città Europee la maggior parte delle Madri fanno portare i busti d'ossa di balena a' loro figli, perchè tale è la moda, e per formar loro (come esse dicono), e per sostenere la vita. Sembrano alla bella prima queste parole pronunziate dalla bocca stessa della Prudenza; e pure è una somma imprudenza il metterle in pratica, non essendovi cosa, che più di questa impedisca la libertà, e con essa quei movimenti, che la Natura detta a' bambini, e che vedrete da loro farsi, quando stanno spogliati; perchè quella sorta di busti gli tiene certamente a disagio; e se ne lasciate la cura al Sarto, non mancherà per lui di soffogarvi, per così dire, il bambino, purchè comparisca il suo lavoro ben fatto. Il bambino, che si sente quella molestia, cerca, quanto può, di scemarla: caccia una spalla, per mettersi un poco a suo agio, prende quello abito, e insensibilmente diviene gobbo. La Madre, vedendo che la vita del figlio si guasta, gli fa fare un altro busto più duro, che l'incomoda maggiormente. Qual ne sarà il profitto? Si nasconderà un poco il difetto, senza potersi correggere: e intanto nel bambino così ristretto si renderà sollecita e laboriosa la respirazione; il pol-

mone non si dilaterà a dovere, non sarà in esso libera la circolazione, e la sostanza di questa gentilissima viscera ne rimarrà viziata. Da questo accidente eccone originati cento altri; il moto del cuore incontrerà resistenza, e sopravverrano de' palpiti: lo stomaco farà male le sue funzioni, e saranno le indigestioni frequenti: di più, essendo compressa la regione de' lombi, e compressi i reni, la milza, e 'l fegato, non circolerà in esse viscere il sangue colla dovuta libertà, e darà luogo alle ostruzioni: si ostruiranno altresì le glandule del mesenterio, perchè l'opera della chilificazione sarà imperfettissima; e la costituzione, e 'l temperamento di quel bambino ne resterà notabilmente alterato. Ecco dunque i bei frutti, che si raccolgono dalle sciocche precauzioni, colle quali si pretende di perfezionare il corpo de' fanciulli, e dal grande impegno, che a tal oggetto si ha d'angustiarli colle fasce, co' busti, con legature, e con altri scomodi vestimenti.

Diremo del busto d'ossa di balena l'istesso, che si è detto della fascia, cioè che se ne può permettere l'uso, quando vi sia bisogno di rimediare a qualche vizio considerabile di conformazione nelle membra.

Se dunque un bambino debole, o infermo andasse a curvarsi colla vita, allora potrebbe forse un busto ben fatto, a tutto rigore, sostenere, e raddrizzare un poco

certe

certe parti per accidente viziate. Ma a un bambino robusto, e di buona costituzione non servirebbe ad altro quello strettojo, che a sfigurarlo; come sempre accade, quando è troppo angusto, o eccede, o manca dalla giusta lunghezza.

Io non dubito punto, che l'uso sciocco di far portare alle fanciulle quei busti sì stretti d'ossa di balena, sulla falsa immaginaria idea di formar loro quella, che chiamasi bella vita, non sia una delle principali cagioni, per cui maritate poi così spesso si sconciano, e per cui soprattutto si rendono inabili a lattare i figli, che portano a luce (*). La compressione, sofferta in quella regione del corpo, non ha permesso a' sughi nutritivi di scorrervi in abbondanza; onde, scancellati ivi la maggior parte de' minimi vasi, fanno ostacolo al ritorno del latte: e questa cagione cor-

(*) Gli Orientali stimano tanto la leggiadria della vita, che tutte le canzoni da loro composte, per lodare questo pregio delle loro donne, sono piene di figure, e di comparazioni esagerate. E in fatti hanno esse una bellissima vita, perchè non sanno che cosa sia l'armarsi co' busti d'ossa di balena. Le Donne Turche ritrovano, che molto meglio, e senza alcun pericolo, soddisfa le loro mire un semplice giubbettino aggiustato al dosso; e nell'istessa maniera le Dame Asiatiche hanno la vita, e 'l petto incomparabilmente più bello delle Europee; e la polmonia, male così rovinoso, che fa tante stragi ne' nostri climi, in quei paesi quasi affatto non si conosce.

corre anche essa a produrre degli arresti nelle glandule delle mammelle; malattia, a cui veggiamo tante Gentildonne soggette, per non avere lattati i figli, o per mancanza di volontà, o per incapacità, prodotta loro dall'essere state compresse da' busti troppo stretti d'ossa di balena.

Dobbiamo dunque conchiudere, che questa invenzione de' busti non conduce nè alla beltà, nè alla salute del Genere Umano, anzi pregiudica nell'istesso tempo all'una, e all'altra; che più vite guastano i busti, che non ne formano belle, per gli sforzi, che spesso fanno i bambini, per isvilupparsi un poco da quell'intrigo, che gli preme ugualmente sotto le braccia, e che, comprimendo tutti i vasi ivi distribuiti, impedisce la nutrizione, l'accrescimento, e per conseguenza la forza di queste parti; mentre che gli umori nutritivi, destinati a tal uso, ritrovando l'intoppo della pressione, regurgitano, e vanno soprabbondevolmente a correre, come di sopra abbiamo detto, in altra parte del corpo, la quale si nutrisce troppo in paragone delle restanti; e tal soverchio nutrimento spesso produce difetti, e malattie rilevantissime. Su queste riflessioni dunque, sulla scorta di tanti Uomini grandi, e soprattutto su quella dell'esperienza, si può finalmente decidere, che i busti d'ossa di balena più vite deformano, che non ne rendono belle, prescindendo dal gran pregiudizio, che recano alla salute. Su

Su questi medesimi principj io credo, che per vivere lungo tempo, per essere meno soggetto alle malattie, e finalmente per divenire forte, e vigoroso, non si debbono nell' infanzia vestire abiti scomodi, e stretti; che i semplici, e i più agiati sono sempre i migliori; e che per conseguenza non si abbia mai a far uso nè di fasce, nè di busti armati d' ossa di balena, nè di legacce, o d' altre strettoje, che impediscono la circolazione, e i movimenti del corpo umano.

Ne' primi anni della vita bisogna solamente difendere dal gran freddo i bambini, e proccurare nell' istesso tempo, che ci si avvezzino insensibilmente. Debbono però stare sempre a loro agio, per conservare quella giocondità, così necessaria al loro crescere, perchè favorisce mirabilmente la circolazione, e contribuisce moltissimo alla buona digestione del cibo; due mezzi ottimi, ed efficaci per far loro ritrovare la salute in grembo al piacere, che di per se stessi si procacceranno, quando non sono molestati dagli abiti scomodi: ma se non godono di tale libertà, si rendono melanconici; e i bambini melanconici non digeriscono a dovere; si altera la loro complessione; perdono le forze, o ne acquistano pochissime, e divengono malsani, con accorciarsi anche spesse volte il corso della loro vita.

NUTRIMENTO.

Siccome io conduco in queſta Epoca il bambino d'un anno, o in circa, ſino all' età di cinque o ſei anni, così debbo quì prevenire che biſogna variargli, e aumentargli il cibo, a proporzione dell' età, e delle forze, che vanno creſcendo; poichè ſolamente ſi bada a ſpeſſo replicargli quei cibi ſemplici, che ſe gli veggono mangiare con maggior guſto.

Quella pappa (o piuttoſto farinata), che ſuol quì darſi a' bambini ne' primi due, o tre anni di loro età, è un cibo sommamente groſſolano, e indigeſto per eſſi: è una ſpecie di gomma, che può intaſare le anguſte vie, per le quali s' intromette il chilo nel ſangue. Oſtruiſce ſpeſſo le glandule meſeraiche, perchè la farina, di cui è compoſta, non avendo ancora fermentato, s' inacidiſce nello ſtomaco, l' impiaſtra di viſco, e genera loro de' vermi. Onde io, ſeguendo le orme d' altri Scrittori, ſtimo prudenza il non praticarla, che di rado; e anche far prima cuocere la farina al forno, in un piatto molto largo, movendola ſpeſſo, per darle una preparazione più uguale. La pappa fatta di queſta farina abbruſtolata è meno nociva della ſolita, che ſi fa di farina cruda, e che per neceſſità è più grave, più viſcoſa, più difficile a digerirſi. Ma ancorchè per que-

ſta

sta vivanda si adoperi la farina cotta, pure bisogna alla prima farla leggierissima di farina, per accostumarci insensibilmente lo stomaco del fanciullo. Del rimanente credo, che la minestra di riso, il pane affettato, e ben cotto nel brodo di carne vaccina, o nel latte di fresco munto (*), o qualche volta col butirro fresco, facendone una panatella, o una pappa, sia un alimento molto più convenevole a quell'età. Si adoperi nel cibare i bambini un picciolo cucchiajo, acciocchè i bocconi non vengano troppo grossi: ed è più a proposito il cibargli ogni tre ore, che 'l satollargli troppo per volta.

Quando poi cominciano a nascere loro i denti grossi alle mascelle, questo è un segno che lo stomaco può digerire la carne. Onde se ne dà loro un poco in picciolissimi pezzetti col pane; ma la zuppa dee in quella età principalmente nutrirgli; essendo per essi un ottimo alimento, finchè la mangiano con piacere, e con appetito. Si avverta prima a lasciarla raffreddare: questa è un'avvertenza buona per ogni età di non mangiare le vivande troppo calde, perchè non solamente fanno incallire la faringe, l'esofago, lo stomaco, onde si altera il senso del gusto, e si scalzano le radici de' denti; ma vi è di più un

(*) Il latte bollito, o non cavato di fresco, ha molto perduto della sua qualità balsamica, per l'evaporazione sofferta.

un altro male, che meno inzuppato lo stomaco di sugo gastrico, ci cagiona in appresso dolori, e indigestioni frequenti.

I vecchi, e tutti coloro, che non hanno denti, digeriscono male, perchè non possono più triturare altro, che cibi di facile digestione. Perciò quando principiano i bambini a mangiare, operano con prudenza le Balie, se, stando di buona salute, masticano esse il cibo, e l'impregnano di saliva, prima di loro imboccarlo; perchè altrimenti passerebbe nelle loro vene un chilo spesso, crudo, e grossolano, il quale sarebbe certamente cagione di qualche malattia a' bambini.

Non diate mai cose acide a' fanciulli di picciola età. L'insalata, i frutti crudi sono per essi troppo viscosi, e perniciosi a mangiarsi, prima che non cominciano a nutricarsi di carne, e a fare certi esercizj un poco forzati. Sono gli organi ancora troppo deboli in quella età, per cambiare la natura degli acidi, e per impedirne i cattivi effetti. Il migliore alimento per essi si riduce al pane, alle varie maniere di zuppe, a' latticinj, e a qualche poca di carne.

Una delle più importanti cure, che non dee trascurarsi per la salute de' bambini, si è'l proibire espressamente a' domestici di dar loro a mangiare, o a bere, fuorchè in presenza, o per ordine de' parenti; poichè sono la maggior parte di

que-

questa gente di così poco discernimento, che fanno spesso molto male a' bambini; credendo di far loro del bene; e alle volte non per altro, che per meglio guadagnarsi il loro affetto.

Grande abuso è 'l dare a' bambini confetture, zuccherini, e tutte quelle, che volgarmente si chiamano *cose dolci*, e simili lecornìe; le quali, quando altro non operassero, che far loro perdere il gusto della zuppa, e degli altri alimenti semplici, opererebbero sempre un gran male. Se loro farete valere per zuccherino un pezzetto di pane, concedendolo come per grazia, il mangeranno coll' istesso appetito: e questo è 'l solo alimento, che possa loro permettersi negl' intervalli tra un pasto, e l' altro. Dice molto bene il Signor Lock, che se piuttosto la fame, che la golosità gli sollecita a mangiare, mangeranno il pane con tutto il piacere. E se gli sollecita piuttosto la golosità, che la fame, non è necessario che mangino. A questo dilemma non vi ha certamente che replicare.

Il vino quasi mai non si dee loro permettere, se non sia temperato almeno co' tre quarti d' acqua; o se non servisse per rimedio, come cordiale, confortativo, stomachico; poichè lo stomaco de' bambini digerisce presto, ma imperfettamente, e i corpi grassi, ed oliosi non si dissolvono coll' acqua. Ma contuttociò mai non bisogna dar loro liquori spiritosi; perchè cor-

corrugano le fibre, e ne ritardano l'accrescimento.

Si vuol riflettere altresì, che hanno i bambini generalmente un abito di corpo sì umido, che basta loro ogni poco, che bevano; perchè le troppo larghe bevute rilasserebbero loro lo stomaco: laddove sono eglino troppo lontani dall' aver bisogno di rilassanti nel vitto ordinario, e perciò debbono poco bere.

OSSERVAZIONI.

Passati circa i due anni si fa nel bambino un cambiamento molto sensibile. Comincia egli ad avere alcune idee costanti, ad affezionarsi a' parenti, a ritenere, e a ripetere le parole, che ascolta. Il suo cerebro è come una molle cera, che riceve qualumque impressione. In fatti si conosce che sono i suoi sensi manifestamente colpiti dagli oggetti esterni, e che ne conferiscono l'idea all'anima, la quale principia allora ad esercitare le sue facoltà; per esempio, quella del concepire, del ritenere, del riflettere. E queste prime operazioni dell' anima meritano molto l'attenzione d' un Filosofo, che si diletti di considerare il progresso dello spirito umano.

Denti. I primi denti, che mette il bambino, sono gl' incisivi superiori, i quali spuntano all'ottavo, o al nono mese. Nel secondo anno compariscono i canini, indi alcuni ma-

mascellari, e finalmente al quarto anno gli acquista tutti, a riserba di quei, che si chiamano del senno, o sieno mascellari posteriori.

Quando sono prossimi a spuntare i mascellari, sente il bambino una forte irritazione nelle gengive, che gli dà molto tormento. Mi divagherei dal mio istituto, se quì volessi individuare i rimedj, che sogliono in tale occorenza praticarsi, piuttosto perniciosi, che profittevoli. Dirò solamente, che gli arreca qualche sollievo il passargli gentilmente per sopra le gengive un dito, il quale anche ajuta i denti a spuntare. Ottimi pure a tal effetto sono quei sonagliuzzi, che si appendono al collo de' bambini, guerniti d'un pezzo di cristallo di rocca, il quale rinfresca eziandio la bocca, che sta allora molto riscaldata. Se poi, non ostanti questi lenitivi, persiste vivo il dolore, accompagnato da altri sintomi, che minacciassero qualche pericolo, bisognerebbe allora fare una picciola incisione alla gengiva, con uno strumento sottile di taglio, nel luogo, ove hanno a spuntare i denti.

Debbo quì soggiugnere che l'aria pura e vivace, respirata da' bambini, che si mandano a spoppare fuor di Città, è molto propizia all'uscita de' loro denti; e che dee questa ragione anche aversi presente, per non ritirargli troppo presto dalla campagna.

Ne'

Tempo di dormire, e di cibarsi. Ne' primi anni di loro vita hanno eglino bisogno di dormire assai spesso. E' il sonno un ristorativo, che particolarmente si conviene all' infanzia; che risarcisce vantaggiosamente le loro picciole forze, abbattute dal movimento quasi continuo, che fanno in quell' età. Bisogna anche frequentemente cibargli, perchè la loro digestione si fa presto, ma non a dovere; onde produce molti escrementi, e poco chilo. In appresso piuttosto dee fino a un certo segno aspettarsi, che venga in essi di per se la voglia del mangiare, e del dormire, senza prevenirgli.

Non doversi caricare i fanciulli co' vecchi. Non fate giammai coricare fanciulli con persone vecchie; perchè siccome la traspirazione giovanile è benigna, e passando nel corpo de' vecchi, vi mantiene le fibre flessibili, e giova realmente alla loro salute, così il fanciullo vi perde molto, si smagrisce, si estenua, e ne caderà certamente infermo.

Far loro soffiare il naso. Bisogna avvezzare i fanciulli a soffiarsi il naso, ogni volta che vi ha moccio, ed egualmente la sera nel coricarsi, e nell' alzarsi la mattina; perchè così vengono a pulirsi i seni, e la membrana pituitaria. Per troppa dimora in quelle cavità potrebbe quell' umore imputridirsi, e far putire il fiato, e talvolta cagionare altresì qualche flussione acrimoniosa d' occhi. Si facciano adoperare a' fanciulli moccichini di lino piuttosto, che di cottone, coll' avverten-

tenza che se ne cambino de' netti ogni giorno.

Prendono i bambini soventi volte l'uso di mettersi un dito nel naso, e di grattarsi dentro le narici: cosa molto pericolosa, dalla quale si vuole avvertire a distornargli, perchè possono colle ugne scorticarsi quelle parti, ed esacerbarle; onde suole nascerne in conseguenza alle volte qualche male eziandio più grave.

Evacuazioni.

Fino all'età di tre, o quattro anni sogliono per l'ordinario essere copiose le evacuazioni del ventre. Ma in appresso il piacere eccessivo, che prendono i fanciulli a' loro giuochi, gli distrae alle volte da quella importante funzione. Pervenuti che sono a questa età, si vuol badare se l'eseguiscono una volta al giorno, e farne loro indispensabilmente contrarre l'abito (*); poichè se un fanciullo di cinque o sei anni stesse due o tre giorni senza il beneficio del corpo. bisognerebbe proccurarglielo nella maniera più naturale, cioè senza altro rimedio, che dargli a bere acqua pura: perchè, seguitando altrimenti la stitichezza per quattro o cinque giorni continui, potrebbero i sali alcalini, contenuti nel-

(*) Questa forse solamente tra le funzioni animali, e quella dell'orinare sono costanti, che si hanno a fare regolarmente, quando se ne ha il bisogno; poichè circa al rimanente un giovane di 20, 25 anni deve essere avvezzo a poter soffrire il sonno, la fame, la sete, il caldo, il freddo, ec.

nelle fecce, fvilupparfi, e paffare nelle feconde vie, e concepirne acrimonia il fangue, e tutti gli altri umori.

Dall' altra parte fe un fanciullo va troppo fpeffo del corpo, come quattro, cinque volte per giorno, quefto efito foverchio gli fcemerà di molto le forze; e potrà, durando più di tre o quattro giorni, degenerare in una malattia. Non conviene però d' arreftarlo tutto a un tratto; perchè fpeffe volte il fluffo di ventre non è altro, che fintomatico.

Si può dunque, colla forza dell' abito, far che vadano del corpo ogni giorno. Bafta che loro fe ne prefcriva una obbligazione quafi indispenfabile, privandogli, per efempio, di qualche cofa, fe non efeguifcono quanto da loro fi efige. Onde quel picciolo difpetto, che ne rifentiranno, gli obbligherà a fottomettere infenfibilmente la natura a fare con regolarità quefta funzione ogni mattina. Tale avvertenza è di fommo rilievo per le operazioni dell' economia animale.

Indifpofizioni falutari. Sono i fanciulli frequentemente foggetti a mali cutanei, a diarree, ad effufioni fanguigne dal nafo, e ad altri piccioli incomodi, de' quali non dee farfi troppo cafo; effendo fpeffo tanti mezzi falutari, de' quali la benefica Natura fempre felicemente fi vale, per arrivare a' fuoi fini. E perciò fi guardino i parenti di far ufo allora di rimedj; ma poffono folamente fcemare

un

un poco il vitto, per dar luogo alla Natura di poter agire con maggior libertà.

Giova il condurre a spasso i fanciulli ne' giardini, e in campagna; ma bisogna però avvertire di non camminare con molta velocità, quando essi cominciano questo esercizio; perchè gli vedreste ansanti e affannosi, per tener dietro a coloro, co' quali vanno, con pericolo di qualche rilassamento, o di qualche rottura di vasi nel petto. L'asma, e la polmonia sono anche seguaci alle volte di questa imprudenza.

Pericolo del fargli camminare, o recitare troppo presto.

Gli stessi accidenti anche più spesso succedono, quando si fa loro mandare qualche lunga diceria a memoria, e per una sciocca vanità si vuole, che la recitino tutta di seguito, conforme quasi sempre succede, quando vengono visite in casa. Allora il fanciullo, vedendo fisa in lui, e talvolta con severo ciglio la Madre, si affretta a recitare a precipizio tutto quello, che sa, senza prendere fiato, per timore che non gli esca di mente. Ricomincia questo pernicioso esercizio cinque, o sei volte al giorno. Onde spossato già il fanciullo nell'impararsi quella filastrocca, si spossa maggiormente nel profferirla così all'in fretta. E qual sarà poi il prodotto di questo grazioso esercizio? L'aver faticato per abbreviare la vita a un figlio, e per infastidire la gente.

Se molti Genitori vi sono troppo rigorosi verso i figli, ve ne sono anche mol-

 ti,

Abuso della troppa condiscendenza, e della soverchia cautela.

ti, i quali pregiudicano alla loro salute, per la soverchia condiscendenza a tutte le loro fantasie. Crederei, che dovrebbero su questo formarsi un sistema, il quale mi pare molto conforme alla ragione; cioè prima di non accostumargli a farsi troppo servire in quelle cose, nelle quali si possono esercitare, e servire da loro stessi; e, oltre a questo, di non mai negar loro alcuna cosa, senza un giusto motivo; ma, negata poi una volta, non indursi ad accordarla, e avvezzargli su questo a non replicare; perchè altrimenti, lasciandosi vincere dalle loro importunità, si rendono piangitori, ostinati, fantastici, e di cattivo umore: il che tutto può nuocere alla loro salute, scompagnando da essi la giocondità dell' animo, che n' è la base principale.

Si nuoce anche maggiormente alla salute de' fanciulli, per la soverchia cura, che alle volte se ne ha; il che frequentemente accade nelle case de' Grandi, dove i Medici troppo officiosi non sempre ardiscono di parlare su questo punto, come la sentono. Lasciando da parte le ghiottornìe, che si danno a questi troppo vezzeggiati fanciulli, le quali sono sempre molto nocive, i parenti, ignari per lo più di questa materia, sempre pavidi e timorosi, che l' aria loro non li tolga, gli privano della libertà di potersi esercitare; e hanno tal paura per essi del freddo, che gli opprimo-

mono a forza di panni, e gli tengono per tutto l'inverno senza fargli quasi uscire da una stanza calda, dove l'aria rarefatta rilassa talmente il tuono alla fibra, che manca allo stomaco il valore di ben digerire; e 'l fanciullo ne risente molti incomodi, che 'l rendono almeno infermiccio; aggiugnendosi, che alla prima occasione, che avrà di respirare un poco d'aria aperta, gli si fa un impedimento ne' flosci vasi del suo delicato polmone, gli viene un catarro ostinato, gli si forma un ulcere, ed ecco il fanciullo, per essere stato allevato con troppa delicatezza, divenuto polmoniaco, e condotto quasi per mano in quel precipizio, che per l'appunto si volea schivare. Così educa i figli la maggior parte della gente di condizione, prima dell'età di mandargli a' Collegj.

E qual sarà quel giorno, in cui impareranno costoro meglio a discernere il vero modo d'allevare i fanciulli prosperosi, e abili a poter godere di quei vantaggi, che loro concede la nascita, e la fortuna! Quando lasceranno una volta di dire: *I nostri figli, nascendo da Padri, e da Madri di qualità, vengono per conseguenza di delicata complessione; onde mai non sono robusti a segno da poter essere cresciuti alla maniera de' Contadini*! Cominciate, io loro risponderei, cominciate di buona ora a seguirne in qualche cosa l'esempio: proccurate per gradi insensibili ad avvalorare la

poco a poco il temperamento de' vostri figli, come se fossero destinati a fare un giorno le più travagliose fatiche; e studiandovi così di rendere la loro complessione più resistente, e più valida, accrescerete loro i piaceri presenti, e scemerete le pene, che avranno in una età più avanzata a provare. Questo, finalmente soggiugnerei, se volete saperlo, è uno de' migliori mezzi, per avere eredi vigorosi, i quali possano perpetuare le vostre illustri famiglie ne' secoli avvenire (*).

Avendo la Natura formato tutti gli animali, per vivere in quel fluido, che gli circonda, il volerli da esso ritirare, per meglio conservarli, è 'l vero colmo della sciocchezza. E in fatti la maggior parte de' fanciulli cresciuti con troppa scrupolosità di cautela, a mirarli, gli vedrete simili a tante specie d'embrioni, che per le infermità conoscono solamente di vivere.

Sulle convulsioni.

Hanno i bambini proporzionatamente i nervi molto più grossi degli adulti; e di tanti, che ne muojono, si osserva, che niuno quasi va esente da forti convulsioni. Questo fatto ci dà a conoscere, che in essi il genere nervoso è facile a essere affetto; del che se ne dee la cagione attribuire alla molta quantità, che hanno di cerebro, per

(*) Se questa ultima considerazione può in un solo uomo operare quello, che l'Autore si propone per tutti, non gli rincrescerà d'essersi servito di questo mezzo.

per riguardo al rimamente del corpo. Tutte quelle cose dunque, che potranno vivamente irritare la famiglia nervosa, si hanno a stimare nocive a' bambini.

Perniciosi effetti dello spaventare i bambini.

Si fa molto male a spaventare i bambini, a sorprendergli con qualche inaspettato rumore, con forti e acuti gridi, o colla vista improvvisa di qualche dispiacevole oggetto. Servono ugualmente a sconcertar loro il corpo, e lo spirito i favolosi racconti de' mangiatori d'uomini, delle ombre de' trapassati, de' lupi mannari, e d'altri simili spauracchj, i quali, perchè feriscono al vivo la loro picciola fantasia, cagionano loro sogni funesti, e per conseguenza violente mozioni, che, irritando fortemente il genere nervoso, vi eccitano le convulsioni, alle quali sono eglino pur troppo disposti. Certi tremori nelle membra, e certi attacchi di vapori epiletici sono anche sovente i frutti infelici, che i poveri bambini raccolgono da questa detestabile bestialità delle Balie, delle Donne addette a spoppargli, o de' domestici di casa. Tocca a' Genitori di starci attenti, e di rassicurare l'animo de' loro figli da tutte queste fanfaluche, che possono sbigottirgli. La spiegazione della cosa stessa lo rassetta loro un poco, ma le pruove, che loro si mostrano di sicurezza, sono più efficaci a rimettergli interamente nella primiera tranquillità.

Ne' giuochi poi, o sieno scherzi, che so-

Giuochi imprudenti. sogliono farsi co' fanciullini, la maggior parte della gente s'intende sì poco dell' attenzione, che ci va praticata, che dovrebbero quasi affatto queste maniere di giuochi proibirsi a tutti coloro, che non mostrano prudenza bastante a sapergli con essi esercitare senza pericolo. Alcuni te gli sollevano da terra per sotto la testa, dicendo di voler loro far vedere il loro *nonno* (*); e se fosse vero che i morti vedessero i loro nonni, potrebbero questi sciocchi far verificare la promessa, senza badarci; poichè tal preteso giuoco, condannato nell' Ortopedia, è realmente da condannarsi per tutti i versi. Altri vengono di dietro ad applicare a un bambino fortemente le mani sugli occhi, per fargli indovinare chi sia l'inetto, che fa quella goffaggine; giuoco anche questo indegno, che può alterare l'organo della vista per sempre. Altri il prendono all' improvviso in braccio, fingendo di volerlo buttare in un pozzo, in un fiume, o per una finestra. Altri gli torcono ruvidamente le braccia; altri se 'l stringono sconciamente tra le loro. E altri in fine, mostrando con aria brusca di seguitarlo, il faranno urtare con un occhio, o colla testa in qualche parte, a rischio di rimanerne gravemente offeso. Ma io non la finirei per ora, se tutti quì volessi noverare gl' inconvenienti, che succedono a la-

(*) *Ciocchè i Toscani dicono* far vedere Lucca, e i *Napoletani* far vedere Napoli *a' bambini*.

lasciare scherzare i bambini con questa sorta di gente.

Non è ancora questa Epoca l' età d' ispirare timore a' fanciulli; a' quali per altro sarebbe forse più a proposito in ogni tempo di non ispirare, che un tenero e rispettoso affetto pe' Genitori; perchè l' amicizia rare volte fa lega con quel timore, di cui facciamo parola. Ma, senza entrare in questa materia aliena dal mio soggetto, dirò solamente esser questo un sentimento, che strigne il cuore al fanciullo, e gli fa provare una molestia, e una angoscia dannosissima alla salute, e all' accrescimento del corpo; perchè interrompe il libero corso de' fluidi, per la quale interruzione le fibre musculari non ricevono ugualmente quei sughi nutritivi, di cui si hanno a imbevere, per mantenersi nella loro flessibilità. La qualità medesima di questi sughi ne rimarrà viziata, perchè nel fanciullo troppo timido non si fa bene la digestione, non libera la respirazione, e regna quasi sempre una certa mestizia; cose tutte valevoli ad alterargli notabilmente la buona costituzione del corpo.

Cattivi effetti del timore.

Maggior disgrazia sarebbe per un fanciullo, se 'l padre o la madre, troppo manifestamente parziali, avessero, come non di rado succede, il poco giudizio di accarezzare in sua presenza, e sempre prima, o più di lui, un fratello, una sorella, o ambedue insieme Poichè allora la gelosia

Perniciosi effetti della gelosia, e dell' invidia.

(la quale sembra essere un puro sentimento naturale, imperocchè non sempre ne vanno esenti gli stessi bruti) occupa talmente quel tenero cuore, che fa sentire al fanciullo una oppressione, e una specie di soffogamento, che più non gli permette di respirare con libertà; s'annoja egli di quanto vede; perde l'appetito; digerisce imperfettamente; fa cattivo chilo; e gli si ostruiscono in breve tempo tutte le viscere. Accorato e malinconioso cela internamente la collera, che lo divora, senza manifestarne ad alcuno il motivo. Si vede intanto a occhio smagrire, particolarmente per la vita. Dà in fine nell'atrofia, nel marasmo, ed è un miracolo, se non muore. Ma nel caso che affatto non soccomba a questi malori, nè resterà il suo temperamento per tutto il rimanente de' suoi giorni alterato. Sarebbe incredibile la sensibilità de' fanciulli su questo punto, se l'esperienza non ce ne somministrasse così frequenti, e manifesti gli esempj.

Quando dunque si comincia ad avvertire la sorgente di questo pericoloso male, non bisogna allora esitare, ma togliere dagli occhi al geloso fanciullo l'oggetto della sua gelosia, e, senza affettazione, tutte a lui dirigere le carezze. Questo è quasi l'unico rimedio da metterci in opra; cioè proccurare di rallegrarlo, senza ch'ei possa penetrare il motivo di sì favorevole cangiamento, acciocchè non si accorga dell'

ar-

artificio. Vi so anche a dire, che non è la cosa più facile del mondo il togliere loro di capo tutti i sospetti; poichè sogliono queste picciole creature essere alle volte così penetrative e ruminanti, che ci vuole della destrezza a sapersi con esse condurre. E perciò sarà maggior prudenza il non dare occasione a tal funesto disordine colla parzialità, e con una oltraggiosa indiscrezione, che giugne talvolta fino al grado della barbarie. Padri, e Madri, voi, che avete letti tanti buoni libri sull'educazione morale della Gioventù, istruitevi ancora di ciò, che meglio si conviene alla fisica educazione de' vostri figli, non essendovi cosa più conforme alla ragione, che 'l mettere il corpo in istato di potere per lunga stagione appieno godere de' frutti, che si raccolgono da uno spirito ben coltivato.

Quanti Padri vi sono, Uomini per altro espertissimi, i quali su questo punto non sanno neppure l'alfabeto paterno! Che precettano alcune volte quelle medesime cose, che dovrebbero non farsi! Onde avranno forse amabilissimi figli, ma di poca vita, e di niuna salute.

Sensi esterni relativamente all'età di cinque, o sei anni.

Per sensazione esterna s'intende quella impressione, che gli oggetti, fuori di noi esistenti, producono in alcune parti del nostro corpo, e che per mezzo de' nervi, de' quali è corredata la parte affetta, si comunica all'anima. L'officio de' sensi in ge-

generale è d'avvertirci di tutto quello, che ci può recare utile, o danno, sì per riguardo alla nostra conservazione, come al nostrop iacere: onde possono in certa maniera chiamarsi tanti ministri, che l' Autore della Natura ci ha dati per nostra istruzione, e per le nostre indigenze.

Se ne contano ordinariamente cinque, cioè la *vista*, l'*udito*, l'*odorato*, il *gusto*, e'*l tatto*. Alcuni Fisiologisti ne ammettono un maggior numero; ma, rigorosamente parlando, possono tutti ridursi al solo *tatto*; poichè nella vista si sa, che'l raggio visuale colpisce la retina: l' udito non è altro, che un toccamento, che dall' aria scossa si fa nella membrana del timpano: l' odorato si produce dalle particelle odorifere, che vanno a toccare la membrana pituitaria: le *molecule* eccicatrici del gusto fanno la loro impressione sulle papille membranose della lingua, toccandole. Sicchè i sensi, a parlare con istrettezza, tutti si riducono al tatto.

Tutte dunque le parti del corpo umano può dirsi, che più, o meno perfettamente godano del sentimento del tatto. Esaminiamo ora brevemente, che cosa debba nello stato di sanità operarsi, per conservare i sensi de' fanciulli nella loro perfezione.

Il passaggio subitaneo dal caldo al freddo, e dal freddo al caldo, che per se stesso non cagionerebbe quasi alcun male, per la maniera troppo molle e delicata, colla

qua-

quale si allevano i fanciulli, loro spesso produce de' catarri di testa, i quali alterano sensibilmente l'origine delle loro sensazioni.

Per ben conservarsi i sensi, bisogna sapergli prudentemente esercitare, e non farne mai abuso: adoperargli per li bisogni, e non già per soddisfare i capricci. Questi sono precetti costanti, applicabili a ogni età, ma maggiormente a quella dell' infanzia, nella quale i sensi sono più delicati, e meno conosciuti i pericoli.

Se farete dormire un fanciullo in qualche luogo umido, o esposto a fessure, per cui penetri il vento; se troppo spesso gli si toccano, o, nel lavargli il volto, troppo spesso gli si bagnano gli occhi; se dimora in qualche stanza infestata da fumo, gli potranno tutte queste cose indebolire la vista. Vista.

Per conservargliela sana, non gli lasciate mai fissare gli occhi al sole, alla neve, a un gran fuoco, in somma a niuna di quelle cose, che troppo glieli possono abbarbagliare, perchè scuoterebbero con tanta violenza il nervo ottico, che potrebbero rendere paralitica la retina, la quale non è altro, che una espansione d'una parte d'esso nervo. Se i libri di scuola sono di cattiva stampa, o di carattere troppo minuto, i fanciulli, studiandogli, divengono miopi, perchè prendono l'abito di guardare troppo a vicino. Il leggere di

not-

notte, contro lume, o al sole, il bere liquori spiritosi, il farsi forza per non dormire, l' adoperare troppo allo spesso microscopj, telescopj, e altri simili cristalli di curiosità, sono tutte cose, che offendono anche la vista. La pittura all' incontro, e 'l disegno la perfezionano molto.

Udito. Offendono poi infallibilmente l' organo dell' udito tutte quelle cose, che possono o scuotere violentemente la membrana del timpano, come lo strepito prossimo d' un cannone, di campane molto grosse, ec; o troppo rilassarla, come l'abitare in luoghi umidi, o esposti a spiragli di vento, il che produce talvolta anche delle posteme. Nuoce altresì indubitatamente all' udito l' intromettere corpi estranei nell' orecchio, valevoli a pungere, o a danneggiare quella membrana.

Egli è a proposito il puliredi quando in quando, ma sempre con gran diligenza, e con qualche istrumento ottuso d' oro, d' argento, o d' avorio, a' fanciulli gli orecchi di quella materia viscosa, detta *cerume*, che vi si forma, acciocchè a lungo andare non vi s' indurisca a segno di potere alterare quell' organo. A raffinare l' udito la musica è molto profittevole.

Odorato. Per conservare una squisitezza di senso alle narici, non debbono giammai farsi respirare a fanciulli odori troppo acuti, da' quali anche 'l genere nervoso ne risente i suoi danni; oltrechè la frequenza di ta-

tali odori forti e ſpiritoſi, ancorchè ſieno gratiſſimi, come i profumi, le eſſenze muſchiate, e altri, diſſecca l'organo dell' odorato, e l'induce col tempo a paraliſia.

Guſto.

L'uſo del troppo ſale, e degli aromi, e ogni eceſſo di condimento nelle vivande; il trangugiarle troppo calde; il bere ſpeſſo vino puro, liquori ſpiritoſi, e'l mangiare ſpeſſo confetture, oltre al detrimento, che reca alla ſalute, deprava anche molto il ſenſo del guſto, a' fanciulli.

Tatto.

Ogni coſa, che può diſſeccare, o far contrarre la pelle, come le ſcottature, l' innaffiarſi ſpeſſo le mani con acque ſpiritoſe, nuoce infallibilmente alla finezza del tatto. Egli è anche un abuſo quello d'avvezzare i fanciulli a ſervirſi più della mano deſtra, che della ſiniſtra. Perchè non laſciargli in quella indifferenza, in cui ſono naturalmente, venendo al mondo, e non conſervare loro l' attitudini di eſſere mancini manritti, adoperando ugualmente l'una, e l'altra mano in tutti i loro biſogni? Mancando queſta uguaglianza, diſuguale ſarà eziandio la diſtribuzione delle forze, perchè la mano, e'l braccio, che più ſi eſercitano, attraggono maggior quantità di linfa, e di ſpiriti animali; i liquori vi circolano con maggiore facilità, e 'l luogo nutritivo in maggiore abbondanza. Onde queſta mano, e queſto braccio ingroſſano più, divengono più forti, e ne acquiſtano altresì maggior eſqui-

ſitez-

ſitezza di tatto . L' aſſuefare i figli a valerſi ſempre della ritta è quaſi un rendergli monchi; uſo altrettanto ſtrano, quanto arbitrario, che non ha per fondamento alcun principio di ragione.

Poſſono i Padri molto perfezionare il tatto a' loro figli, per mezzo dell' eſercizio, accompagnandolo con qualche ſpiegazione proporzionata alla loro intelligenza ſu queſta materia. Il cembalo, e alcuni altri ſtrumenti conferiſcono, per l' azione delle dita, a farle ſviluppare, e quindi a raffinare il ſenſo del tatto.

ESERCIZJ.

Molta libertà conviene darſi a' fanciulli di cinque, o ſei anni, laſciandogli, per eſempio, ſpeſſo uſcire all' aria aperta, o faccia caldo, o freddo, affinchè di buona ora s' avvezzino a diſprezzare l' intemperie delle ſtagioni; perchè quanto più ſi tengono cuſtoditi, più la loro compleſſione s' indeboliſce, e perde del ſuo vigore.

Toſto che ſi alzano la mattina, biſogna aprire nella ſtanza le fineſtre, per far loro ſubito reſpirare un' aria di miglior qualità. Indi ſi debbono obbligare a ſtendere orizzontalmente le braccia, per islargarſi, e ſvilupparſi il petto; e poi laſciargli andare un poco fuor di caſa camminando, o ſia buono, o cattivo tempo. Tutti debbono eſſere loro permeſſi gli eſerci-

ſercizj, che agitano moderatamente la macchina, perchè quei movimenti, che tanto gli allettano, e che vengono loro dettati dalla Natura, ſono certamente ſalutiferi in quella età, nella quale il corpo de' fanciulli è sì umido, che la quaſi continua agitazione conferiſce mirabilmente alla depurazione de' loro umori.

Si aggiugne, che laſciandoſi i fanciulli a loro agio, ſenza quel timore, e quella ſuggezione, che li mantiene riſervati, può un accorto Genitore meglio ſcorgere ſegretamente l'inclinazione predominante di ciaſcuno de' figli.

Non vi opponete dunque a' loro innocenti eſercizj; ma riconoſcete in quelli i ſavj diſegni della Natura, la quale per ſuo iſtituto tutto opera, tutto indrizza al miglior fine. Non li fate ſtare, ſe non di rado ſeduti, e ſempre in ſeggiole di legno piane: Dovete piuttòſto aſſuefargli a ſtare in piedi, per quanto è poſſibile, a tenere la teſta ritta, le braccia un poco indietro, ſenza cacciar avanti la pancia, e farli così a lunghi paſſi camminare.

Vi ſono alcuni fanciulli, i quali ſi dilettano, ſcherzando, di contraffare il loſco, il gobbo, il zoppo, e altri ſtorpiati. Queſti giuochi troppo frequenti poſſono far prendere una viziosa configurazione a qualche parte del corpo, e produrre de' cattivi accidenti per la ſalute.

Non biſogna per la ſtrada della forza pro-

procedere a istruire i fanciulli, ma per quella del piacere, fingendo di volerli divertire. Questo lodevole artificio niente pregiudica al talento, e molto conferisce alla sanità. Sicchè non altrimenti si dovrebbe loro insegnare a leggere, e a scrivere, che mettendosi, per così dire, a scherzare con essi. E quì fa a proposito il rammentare, che sarebbe, in molte occasioni, più bambino degli stessi bambini, chi sdegnasse d'abbassarsi a trattare talvolta con essi del pari. Bisogna dunque farli spesso ridere; poichè 'l riso apporta sempre gran giovamento, ma soprattutto in quella età, in cui l'allegrezza è un antidoto universale, che favorisce la circolazione, stura i piccioli vasi, e le glandule disposte a rattenere gli umori, e vale moltissimo contro le ostruzioni del mesenterio, malattia familiare a' fanciulli troppo timidi, o che si fanno stare troppo seduti. Avvertite dunque, voi padri, e madri, a non isgridare i vostri figliuoli, perchè vi fanno rumore intorno: se avete prudenza, quando il loro fracasso vi stordisce, mandateli a trastullarsi altrove, o allontanatevi da essi, piuttosto che obbligarli a tacere. E se non potete fare nè l'uno, nè l'altro, sieno almeno così dolci le vostre riprensioni, che possano eglino continuare, con un poco più di moderazione, i loro giuochi; perchè i bambini, che si vogliono troppo correggere su que-

sto

ſtò punto, divengono tutti ſtupidi, e gracili di compleſſione.

EPOCA TERZA,

La quale incomincia dall' età, in cui ſi cambia in Europa il veſtimento a' fanciulli, e finiſce a' dieci anni.

IO non ho fatta fin quì njuna diſtinzione tra' due ſeſſi, perchè l'abito, il vitto, e gli eſercizj d'un figliuolo, o d'una figliuola, fino all' età di cinque o ſei anni, ſono preſſo a poco gli ſteſſi. Ma nel progreſſo di queſta Diſſertazione ſi conoſcerà, che ho avuto più in mente d'indicare la *condotta migliore a tenerſi nel veſtimento, nel vitto, e negli eſercizj d' un figliuolo maſchio*, che d'una femina. Non per queſto però non ſarebbe che ottimo il preſcrivere, in molte coſe, l'iſteſſo regolamento di vita anche per le fanciulle; poichè importa molto alla buona coſtituzione della ſpecie umana, che ſieno anche le Donne, per quanto il loro ſeſſo comporta, di robuſta compleſſione.

VESTIMENTO.

All' età di cinque, o ſei anni ſi cambia ordinariamente in Europa la foggia del veſtito a' fanciulli, togliendo loro quello lungo dell' infanzia, per riveſtirli d'una

 inſe-

insegna più virile (*), facendo loro portare un abito più corto, e i calzoni. Non è questa mutazione a' cinque, o sei anni troppo sollecita, se 'l fanciullo si trova allora bastantemente grosso, e bastantemente anche forte, a proporzione di quella età. Ma se mai fosse picciolo, deboluccio, e minuto, sarà bene d'aspettare uno, o due altri anni; perchè questa nuova maniera di vestimento, per quanto semplice, e agiata si voglia fare, esige sempre maggior cura, e maggior fastidio di quella, che si lascia, e almeno ne' principj gli darà certamente qualche molestia, anche per tanti bottoni, che in tante parti del corpo si debbono affibbiare. Quanto a me, disapprovo molto tutte queste maniere di legature, come indubitatamente nocive alle funzioni dell'economia animale, e all' accrescimento delle parti del corpo. Ma quando mi mettessi di proposito a dimostrarne tutti i cattivi effetti, non mi lusingherei per questo d'introdurre in Europa alcune di queste mode Turche (*). Dico dunque solamente, che dee avere il fan-

(*) Questa cerimonia si celebrava da' Romani con molta pompa, ma solamente compiuti i quattordici anni, allorchè si vestivano della *toga virile*; e quella si stimava l' epoca del loro ingresso nel Mondo.

(*) De' Turchi di Costantinopoli quelli, che tra 'l popolo menano una vita stentata, non poi altra cagione verisimilmente si può credere che sieno

fanciullo acquistata una competente forza, per vestire questo nuovo abito, dopo che gliene sia stato insegnato il metodo.

Ripeto poi quello, che ho detto altrove, che non debbono adoperarsi abiti, che tengano ristretta niuna parte del corpo; nè tampoco abiti di tanto pregio, o di tanta vaghezza, che 'l fanciullo, portandoli, non ardisca di trastullarsi ne' suoi giuochi, per timore di non guastarli, ed esserne poi sgridato da' Superiori. Poichè se questo riguardo il ritiene, e l' impedisce di far uso delle sue picciole forze, di di-

fieno così robusti, è forti, se non perchè non adoperano in quei luoghi nè fasce, nè busti armati d'ossa di balena, nè altre maniere scomode di vestire, che possano restrignere le diverse pàrti del corpo. Forse eziandio l'ignoranza, in cui vivono, seconda in questo la moda del Paese. Queste due però debbono essere le cagioni efficaci, che loro fortificano il corpo; poichè vivono sotto un governo troppo capace di renderli deboli, perchè fondato solamente sulla base del *timore*. Contuttociò sono essi gli Uomini i più forti, e i più robusti d' Europa, ciocchè non può certamente attribuirsi al clima. Una persona di merito, che ha dimorato più di trenta anni in Constantinopoli, mi assicura, che tra' Turchi quasi niuno se ne trova rachitico, o gobbo; ma che si osservano nella stessa Città spesso questi difetti ne' figli d'alcuni Greci ricchi, i quali prendono in Casa le Balie Cristiane, che hanno l'uso di fasciare i bambini: e mi soggiugne l'amico, che facilmente si riconoscono le genti allevate con questo cattivo metodo, perchè hanno tutte le spalle meno larghe, e 'l petto più angusto.

menarsi, e d'agire liberamente ne' suoi piccioli esercizj, gli nuocerà molto alla salute, e all' accrescimento del corpo. L' Autor della Natura, che ha fatti i fanciulli così giulivi, e che ha data loro una così ardente voglia di esercitarsi, di muoversi, di divertirsi tra loro, sa bene, che tutti questi giuochi sono profittevolissimi all' adolescenza, ch'è l'età de' veri piaceri.

Bisogna dunque, che in questo secondo vestimento sieno i fanciulli così a loro agio, come nel precedente, e che niente per conseguenza loro stringa il collo, o le braccia. I calzoni debbono, per non impedire l'articolazione del femore, salire sopra alle anche, ed essere sostenuti da quelle cigne, le quali, benchè note a tutti, non sono da tutti praticate abbastanza. Vogliono esse cigne avere due pollici di larghezza, per non premere troppo le spalle; e affibbiate che si sono lateralmente, si abbottona poi al solito la cintura de' calzoni, la quale non ha bisogno allora d' andare tanto serrata, perchè viene assai meglio retta dalle cigne, senza che prema le anche. Le calze poi debbono essere alquanto lunghe, per meglio salire sopra la coscia, affinchè si faccia di meno, s'è possibile, di legacce, perchè i bottoni del calzone in quella parte basterebbero quasi sempre a mantenere la calza. Pure, dovendosi far uso delle legacce, sieno queste di lana, un pollice e mezzo larghe, e lun-

e lunghe quasi quattro palmi e mezzo, per moltiplicare i punti d'appoggio, e per mantenere tesa la calza, senza che la parte superiore del ginocchio patisca.

A questa età di cinque o sei anni si dee cominciare a non coprire la testa a' fanciulli, fuorchè leggiermente la notte, e 'l giorno soltanto, quando vanno al sole (*). A questa medesima età dee principiarsi a vestirli, anche nell' inverno, di abiti poco caldi, per avvezzarli gradatamente a disprezzare ogni intemperie dell'aria.

Io stimo che sarebbe a proposito di tagliare i capelli, anzi di radere a' fanciulli la testa, fino all' età di otto, o dieci anni; poichè, oltrechè s' indurerebbe maggiormente, e potrebbe più agevolmente e più spesso con una scopetta nettarsi, si leverebbe anche meglio l' antica traspirazione, la quale, disseccandosi sulla cute, vi forma una crosta, che ne chiude i pori; e perciò col nettarla si verrebbe a facilitare una nuova traspirazione, e si schiverebbero così le flussioni d' occhi; alle quali sono tanto soggetti i fanciulli. Oltre a tutto questo, sarebbe di più la speranza di potersi per tal mezzo ritardare la caduta de' capelli, e impedire, che non si divenga calvo prima del-

(*) I Popoli, che si coprono o poco, o niente la testa, hanno il cranio molto più duro. Può leggersi a questo proposito l' osservazione d' Erodoto, fatta nel campo di battaglia degli Egiziani, e de' Persiani, e rapportata nell' Ortopedia del Signor Andry.

della vecchiaja. Mi si potrà opporre, che i capelli sono certamente utili, perchè ci vengono fino dalla nostra infanzia dati dal Creatore, il quale sa troppo meglio di noi quello, che ci conviene. Questa obbiezione confesso che è difficilissima, anzi impossibile a potersi interamente sciogliere; e solamente rispondo, che siccome non vi è motivo di credere, che l'uso di farsi radere il mento, dove la Natura ha fatto nascere la barba agli Uomini, sia loro stato giammai nocivo, così possa dirsi l'istessa cosa de' capelli; aggiugnendo soprattutto che dalla cattiva maniera di vivere, che tengono i Padri, e le Madri, e dalla mollezza, e dalle altre false regole, che praticano nella fisica educazione de' loro figli, ne traggono, senza alcuno dubbio, immediatamente l'origine molte malattie, che li rendono dilicati, infermiccj, e talvolta affatto malsani: onde per questa cagione siamo nella necessità d'usare per qualche tempo maggior cautela di quella, che la Natura non esigerebbe nel suo stato primiero.

Non sarei lontano dal credere, che gioverebbe a' fanciulli il far loro portare dall' età di tre anni fino agli otto o dieci, le scarpe di legno, e maggiormente senza tacchi; perchè rassoderebbero meglio i piedi, e li difenderebbero dagli esterni accidenti, che possono loro pararsi avanti. Ma o che le scarpe sieno di legno, o di

cuo-

cuojo, se ne dee sempre abolire quella maggiore altezza sotto i calcagni, perchè, posando il piede in piano, potrà il famoso tendine d' Achille meglio distendersi (*); e minor pericolo correrà il fanciullo di divenire strambo di gambe; essendo, a dirla di passaggio, cosa certa che le Donne, che fanno uso di tacchi alti, sono la maggior parte strambe, e tutte mal sicure di gambe. Non sanno le poverine a quanti mali questo inconveniente le fa soggette; nè conoscono, che quanto sono più bassi i tacchi, altrettanto più si esercitano i muscoli delle gambe, e si rendono per conseguenza più validi.

I calli, che vengono, per l' ordinario, a' piedi, dopo aver fatto uso di scarpe troppo strette, sono bastantemente incomodi, per insegnarci a non essere vaghi di tale sorta di scarpe, non solamente perchè priva il piede del nutritivo umore, che gli necessita, ma perchè, 'l rende deforme, e ne diminuisce la superficie, e i suoi punti d' appoggio; onde la persona è mal ferma in sulle gambe, e non si fida di stare molto in piedi, nè di correre a lungo; e perdendo, in questa parte essenziale, la necessaria forza, che dee avere, ne risentirà

(*) Intendo fuori di Casa; poichè in Casa non dovrebbero mai portar altro, che un pajo di piccioli sandali. E potrei rispondere agli amatori della proprietà, che molto più proprj sembrerebbero così i fanciulli, che nella maniera come ordinariamente li calzano.

tirà in tutto il corpo i pessimi effetti, perchè non potrà più esercitarlo, come richieggono i suoi bisogni.

In conseguenza di queste rilevanti osservazioni debbono, per quanto si può, esporsi i piedi de' fanciulli all' aria fresca. Il Signor Lock ne consiglia, che loro insieme colle gambe si bagnino coll' acqua fredda ogni giorno, per renderli meno sensibili all' umido, e al freddo. Non vi ha dubbio, che sono queste parti così utili al rimanente del corpo, che meritano che si metta ogni arte in opra per fortificarle, e per conservarsele sane. Fa uopo dunque indurirle nell' infanzia contra al freddo, e mai non essere amante di calzamenti stretti; tenendosi per certo, che sono queste precauzioni così necessarie, che, a trascurarle, si scema in quelle parti il tuono delle fibre, si rilassa la loro tessitura cellurare, e le gambe ne divengono edematose prima dell' età di quaranta anni; onde la persona invecchia, senza aver molto vissuto.

NUTRIMENTO.

La base del nutrimento de' fanciulli in questa Epoca, fino all' età di dieci, o dodici anni, vuol essere la zuppa digrassata, fatta di pan bruno ordinario, panate, carote, riso, ec. Questa zuppa non dee mai cuocersi a fuoco lento, perchè diverrebbe

una

una pania difficile a digerirsi, produttrice sempre di molte viscosità. Si badi a lasciarla raffreddare a segno che resti tiepida, e se anche restasse fredda, non sarebbe che migliore; e così si dia a mangiare a' fanciulli due volte al giorno. Bisogna però variarla, per non farli nauseare, dando loro sempre la medesima cosa; tanto più che la varietà de' cibi semplici fa miglior chilo, che un medesimo cibo continuato, per buono che sia in se stesso; perchè sempre in esso più, o meno domineranno gli alcali, e gli acidi. Quindi è, che mischiandosi, e combinandosi nello stomaco un' altra specie diversa di sughi co' residui, col sedimento, e colle lordure (s'è lecito valersi di questi termini), che vi si ritrovano, si trarranno seco ogni cosa negl' intestini, e ne porteranno via tutti i cattivi fermenti delle passate indigestioni; giacchè sono questi cattivi fermenti, e queste lordure appunto quelle, che ne tolgono l'appetito, che mandano alla testa vapori malefici, e che danno ordinariamente la prima origine a tutte le malattie putride.

La gente, che mangia spesso e molto d'una medesima cosa, è molto più soggetta alle malattie provenienti da vizio di umori, che non sono coloro, che mangiano anche in maggior quantità, ma di diverse sorte di cibi; perchè nel primo caso, non potendosi fare così bene la combina-

binazione, vi resta nello stomaco il cattivo lievito, il quale a poco a poco s'introduce nelle seconde vie, imbratta il sangue, e lo mette in fermentazione; onde si conglutina ne' minimi vasi, e di quì vengono le febbri, e molti altri gravissimi accidenti. Sicchè, per evitarli, dee l'uomo cibarsi di varie sorte d'alimenti.

Veggo bene il gran numero delle eccezioni, che mi si fanno avanti, dell'età, del gusto, del clima, della disposizione, e del temperamento particolare de' diversi soggetti, tutte circostanze, che debbono aversi sotto gli occhi, per formar loro il piano della condotta. Ma per ora non debbo entrare in questa individuazione. Nell'Epoca susseguente proccurerò di meglio rischiarare una così importante materia. Intanto propongo quì una regola generale, la quale consiste a nutrire i fanciulli, fino a' dieci o dodici anni, di zuppe fatte con buono brodo di carne, o col latte, di legumi, di riso, ec.; non dar mai loro cibi conditi d'aromi, ma buona carne semplicemente bollita, o arrostita; e far che la mangino senza grasso, e spesso fredda, accompagnandola col pane stantìo almeno di due giorni; che bevano poco vino, e non mai puro; che non prendano nè caffè, nè cioccolatte, particolarmente i fanciulli maschi. Avverto anche di passaggio, che 'l troppo fluido di qualunque specie sia, non è il loro caso; perchè

chè hanno un temperamento assai umido, e non abbisognano di maggior rilassamento di fibra.

Questo è 'l tempo, in cui debbono i padri, e le madri badare a quelle avversioni, che sogliono i fanciulli prendere per alcune sorte di cibi. Se veggono, dopo varie pruove, che lo stomaco sempre se ne disgusta, bisogna dire che sia una avversione ragionevole, e non impegnarsi troppo a superarla, tanto maggiormente ove il cibo avverso fosse indigesto, o di un sapore assai forte. Ma se non è altro, che un capriccio d'occhi, o d'immaginazione, siccome spesso ne' fanciulli troppo careggiati suol essere, debbono prudentemente i parenti esortargli a mangiarne, accompagnando le loro esortazioni coll'esempio, colle buone ragioni, e talvolta colla forza della necessità. Non si crede quanto queste avversioni di fantasia sieno contrarie al crescere del corpo, al suo vigore, e alla buona disposizione del temperamento de' fanciulli. Si vedrà uno, che sarebbe forte e robusto, rimanere gracilissimo, per la soverchia indulgenza usatagli in tutte le sue fantasie concernenti le varie sorte de' cibi.

OSSERVAZIONI.

Gli odori forti, i rumori violenti e improvvisi, i cibi pieni di aromi, sono tre cose

cose tutte per una stessa ragione pregiudiziali a' fanciulli, perchè si oppongono alla crescenza del corpo, facendo una troppo viva impressione su' nervi, per la quale anche i sensi, allora dilicatissimi, possono scapitarvi delle loro facoltà. Appartiene dunque alla prudenza di coloro, che gli allevano, di non lasciarli liberi in altro, che ne' loro esercizj, e con tutta la placidezza far sembiante di non privarli di nulla, privandoli nell' istesso tempo di tutto ciò, che loro può nuocere.

Pericolo degli abiti usati.

Mai non si debbono mettere a' fanciulli abiti usati di lana, senza prima informarsi bene, se coloro, che gli hanno già portati, erano allora sani. La più sicura è di non mai comprarne a caso; poichè molto più che non si crede, si attaccano, per loro mezzo, delle malattie, massime alla povera gente, obbligata dalla necessità a esservi giornalmente esposta.

Considerando che i fanciulli hanno la pelle più gentile, ed i pori più aperti degli adulti, si comprende, che sono per conseguenza più esposti a risentirne i mali; e che bisogna perciò tenerli più cautelati contro a certi pericoli, che non sono ideali; senza trascurare la precauzione essenzialissima del letto, in cui si fanno coricare.

Spiragli di vento.

A questo proposito del letto de' fanciulli, li metterei piuttosto a dormire all'aria aperta, che in luogo esposto a spiragli di vento, a' quali mai il corpo non si accostu-

ſtuma. Si può, dall'età di quattro anni, dormire in un letto ſenza cortine; e l'iſteſſo dee eſſere, quando ſi toccano i ſei, o ſette anni. Ma non biſogna che l'aria, che entra per le porte, o per le fineſtre, vada a ferire il volto, o altra parte del corpo, perchè potrebbe, arreſtandone la traſpirazione, cagionare infallibilmente de' gravi incomodi. Nè tampoco ſi dee dormire in luogo umido, perchè l'umido diſtrugge l'elaſticità della fibra, e può dare occaſione a qualche riſtagnamento ne' vaſi, onde traggono parecchie malattie l'origine.

Sull'atmosfera.

Non fate mai andare i fanciulli in luoghi, dove l'aria ſpeſſo non ſi rinnova, come ſono le camere degli ammalati, le quali ordinariamente ſi tengono tutte chiuſe, e aſſai fuor di propoſito in certi caſi; nelle ſale, dove ſi rappreſentano ſpettacoli, e dove mille bocche eſalano un putrido infetto vapore, che induce (come può bene oſſervarſi) a toſſire, e a ſputare la metà della gente; e vi ſono anche alcuni, a' quali ne vengono sfinimenti di cuore.

Nelle Chieſe dovrebbe averſi maggior attenzione, che non ſe ne ha, di tenere ſempre alquante fineſtre aperte: e ſe, con ragione per altro, ſi teme che 'l molto lume non diſtragga i fedeli dall'interno raccoglimento, ſi potranno fare le Chieſe più oſcure, facendovi più poche fineſtre,

per lasciarle, anche nell' inverno, continuamente aperte. Non parlerò della perniziosa usanza di sotterrarvi i morti: contra la quale molti illustri Autori hanno a gran ragione esclamatò.

Per conservarsi i denti.

Espressamente si dee proibire a' fanciulli di rompere co' denti i noccioli de' frutti, e generalmente ogni corpo duro; imperocchè, oltrechè niente vi si guadagna, potendosi altrimenti rompere senza rischio (e quando non ne mangiassero affatto, sarebbe meglio, poichè sono difficili a digerirsi) il male è, che pigliandosi questo abito, si perdono certamente i denti; i quali non sono, come le altre parti del corpo, che ordinariamente si corroborano coll' esercizio, ma dalla natura si danno all' Uomo principalmente per incidere, e triturare i cibi; ogni altra funzione per essi non serve, che a distruggerli.

L' uso frequente degli stuzzicadenti non è buono; quello degli spilli, per nettarli, è anche peggiore: si fuggano in somma tutte quelle cose, che pungono la gengiva, o che limano i denti stessi. Dopo essersi cibati, e anche la mattina si farà lavare a' fanciulli la bocca con un poco d' acqua, e vino; e questo dee bastare. Se poi si desiderano altre notizie su questa importante materia, si potranno leggere i buoni Autori, che ne hanno scritto.

Per isfuggire i veleni.

Non si debbono mai adoperare vasi di rame, per tenervi, e per farvi cuocere quel-

quello, che si dà a mangiare, o a bere a' fanciulli, essendo questo metallo, come ognuno sa, perniciosissimo alla salute, poichè genera un certo verderame, che è un veleno sottilissimo. I vasi di rame soppannati di piombo, o stagnati hanno pur essi i loro non disprezzevoli inconvenienti; onde sempre è meglio il far uso di vasi di terra cotta, o di argento.

Si badi a non fare abitare i fanciulli in case fabbricate di fresco, le quali sono ancora umide, nè in luoghi, che sieno stati da poco tempo dipinti; perchè se i colori si fanno un poco sentire, potranno cagionare qualche impressione nel petto, e in tutto il genere nervoso. Suole ciò anche spesso produrre una certa ostinata colica, la quale rode la membrana villosa degl' intestini, ed è da' Medici chiamata *Colica Pictonum*.

Se i fanciulli respirano del vapore di Mercurio, frequentando le case di coloro, che l'adoperano pe' loro guaj; o se toccano allo spesso cose, che ne sieno molto impregnate, gli effetti infelici della loro inesperienza, e della trascuraggine de' Parenti saranno non solamente le troppo copiose salivazioni, ma forse altresì qualche gonfiore alla testa, e certi tremori, che sogliono loro sopravvenire per tutte le membra.

Io non capisco come si possa ritrovare tanta sconsigliata Gente, che sacrifichi, per

per così dire, con cognizione di causa, i figli a mestieri così poco lucrosi, e nell' istesso tempo così perniciosi per la salute; come sono, per esempio, quelli di macinatori, di pittori di vernice, di lavoratori di piombo, di doratori, e altri, che se ne veggono tuttogiorno intraprendere, così funesti, che per ragione dovrebbe toccarne solamente a' malfattori l'esercizio. Di quì si raccoglie, che se l'ignoranza, e l'imprudenza pregiudicano soventi volte a' particolari individui, sono almeno profittevoli alla Società in generale.

Non avvezzare i fanciulli a riscaldarsi.

Gran giovamento recherebbe alla salute de' fanciulli l'avvezzarli a non essere troppo freddolosi, a non accostarsi, che di radissimo, al fuoco, anche nella stagione più rigida; poichè in tal guisa diverrebbero poco sensibili al freddo, ne soffrirebbero con minor pena il rigore; e, riscaldandosi meno, acquisterebbero quelle forze, che 'l fuoco fa loro perdere, e sarebbero in conseguenza più attivi e più agili; non essendovi cosa, che più illanguidisca l'uomo, e che 'l renda più torpido, neghittoso, e tardo, che 'l molto scaldarsi; siccome manifesta se ne vede l'esperienza in coloro, che respirano continuamente un' aria molto rarefatta da' fuochi, e dalle stufe, che tengono nelle stanze, avendo queste persone la fibra rilassatissima, e priva di quel tuono, che le bisogna per agire; onde, per poco che

cac-

cacciano il capo fuori, s'infreddano. Quando io sento questi schiavi della mollezza, questi favoriti di Pluto lagnarsi d'avere l'assidua compagnia de' catarri per tutto l'inverno, direi loro volentieri; Lagnatevi della fortuna, che vi ha date tante ricchezze da prevenire tutti i vostri immaginarj bisogni, o lagnatevi piuttosto dell' abuso, che Voi ne fate, che vi rende così miserabilmente soggetti alle infermità.

Tutte le parti del corpo esposte al freddo sono al freddo quasi insensibili. Questo è un fatto, che basta accennarlo, per conoscerne l'evidenza. Veggiamo nel più fitto verno andare liberamente le Dame più dilicate col petto scoperto: nel volto, e negli occhi non vi ha alcuno, che ci senta freddo. Dunque non ci ha la Natura suggettati, per rinnovare il nostro calore, a stare inerti vicini a un gran fuoco, che c'inabilita; anzi al contrario la Natura nell'inverno ci sollecita a fare maggior movimento, che nella stagione calda, nella quale pare che più c'inviti al riposo. Ma se 'l gran fuoco negli appartamenti è divenuto un lusso di moda, qual maraviglia, che dagli abitatori della Città si siegua per moda quello, che dovrebbe per ragione sfuggirsi? Del resto due sorte almeno di gente vi sono, che non soffrono discapito in questa moda, cioè i Medici, e i Venditori di carboni, e di legna.

I Il

Sonno. Il sonno è una cessazione delle funzioni, e de' movimenti volontarj. La sua cagione è la mancanza degli spiriti animali, e 'l rallentamento delle fibre del cerebro. Nel sonno il corpo si ristora, e riacquista tutte le forze, che ha perdute vegliando.

Il sonno, dice il Signor Lock, che sia il più eccellente cordiale, che abbia la Natura preparato all' Uomo. Questo è verissimo: il tempo, che s' impiega a dormire, è prezioso in ogni età, ma specialmente nell' infanzia. Quanto meno ci troviamo lontani dalla nascita, più ci necessita il sonno. Dee però 'l sonno essere proporzionato alla forza, ovvero alla delicatezza de' fanciulli; nè in questa Epoca debbono tutti ugualmente dormire, quanto vogliono, avvenendo spesso che un fanciullo ben nutrito, che fa poco esercizio, e che ha minor esigenza di dormire, è quello, che per poltroneria più abusa del sonno. Bisogna dunque lasciare lungamente dormire i fanciulli gracili: il lungo sonno ordinariamente fortifica il corpo fino all' età di sette, o d' otto anni; e perciò debbono allora dormirsi circa dodici ore.

Avanzandosi poi l' età, se il fanciullo sta bene, gli si scema il sonno cotidiano di circa una ora in ogni anno, di modo che nella pubertà sette, ovvero otto ore di riposo, fra le ventiquattro del giorno, debbono bastare ne' climi temperati; ne' caldi

se

ſe ne richiede un poco più, e forſe un poco meno ne' freddi.

Se deſterete con placidezza, e non mai bruſcamente i fanciulli, e farete loro principiare la giornata con qualche occupazioncella piacevole, non durerete fatica a ſtrapparli dal letto, ma farà per eſſi il deſtarſi coſa dilettevole e grata: nè potranno queſte ſorte di attenzioni, che uſerete, non eſſere propizie a' loro fluidi, alla loro ſalute, e all'acquiſto altresì d'un buono temperamento.

L'eſſere veramente padre conſiſte in ſapere educare i figli tra la contentezza e la gioja, nel tempo iſteſſo che s'aſpira a eſſi l'amore della virtù, e ſe ne fanno ſeguire le tracce; eſſendo l'allegrezza efficaciſſima a diſcacciare moltiſſime malattie, che tengono aſſediata l'Umanità.

Cura paterna.

Quando accade a' fanciulli ne' loro giuochi di farſi male, non biſogna mai ſgridarli, affinchè 'l dicano ſempre, e poſſano ſubito prenderſi gli eſpedienti opportuni alla loro diſgrazia; eſſendo queſta una attenzione di ſommo rilievo, dettata ugualmente dalla prudenza, e dall'umanità. Molte gravi ſciagure ſarebbero i Padri, e le Madri ſchivare a' figli, allevandogli in maniera, che non temeſſero di loro paleſare tutti gli accidenti, che paſſano. Quanti ne muojono nel fiore di loro età, quanti ne rimangono infermi, o contraffatti, per averſi nella loro fanciul-

lezza fatta qualche offesa, e per non avere avuto il coraggio di dirlo. a' parenti, temendo di non esserne maltrattati! Quel tale accidente, che sarebbe stato una bagatella, se vi si fosse arrecato pronto il riparo, diviene un male incurabile, per cagione del timoroso silenzio di colui, che l' ha sofferto.

Quanto compiango quei poveri fanciulli, che trasportati dal piacere de' loro giuochi innocenti, compagni inseparabili di quella tenera età, sono frequentemente vittime del cattivo umore, e de' barbari capricci d' un padre, che sembra talvolta d' invigilare intorno a essi, piuttosto per essere loro tiranno, che loro Angiolo tutelare!

Maniera di castigare i fanciulli.

Non si debbono quasi mai battere i fanciulli; poichè, lasciando da parte che ciò gli avvilisce, e gli abbassa al grado degl' infelici, che ne acquistano sentimenti pusillanimi e bassi, e che certamente per tal motivo si avvezzano alla bugia, e forse ad altri vizj anche peggiori, per parlare quì soltanto del male fisico, che può risultarne, è cosa evidente, che battendoli, si può nuocere molto alla loro salute, perchè sempre si pregiudica a' nervi della parte contusa. Si sono veduti alcuni avere per tutto il corso della loro vita certi tremori incurabili, per essere stati da' feroci pedanti, quando erano scolari, crudelmente percossi. Abbiate per certo, che i colpi, le

le lividure sulle membra ancora tenere e delicate producono effetti cattivissimi a tutto il corpo, poichè distolgono tutto il corso de' fluidi; onde il più delle volte ne succede un grave disordine nell' economia animale. La maniera più efficace di punire i fanciulli, e nell' istesso tempo più conforme alla ragione, è 'l privarli di quelle cose, che sono per essi maggiormente piacevoli, facendo loro per più, o meno tempo concepire una certa vergogna di quel castigo; il quale però non dee molto prolungarsi, se ha per oggetto la privazione degli esercizj corporei.

Non doversi medicare i fanciulli.

A' fanciulli, se non abbiano qualche grave attacco di flussione, mai non si cava sangue; poichè 'l sangue è la loro vita. Il sangue spesse volte determina il temperamento; e siccome fra' varj temperamenti il sanguigno è 'l migliore, così conviene di secondarlo, e non opporsi a' disegni della Natura.

Il Signor Lock raccomanda molto di non medicarli giammai a titolo, come suol dirsi, di cura preservativa, per prevenire quei malori, che loro si credono minacciati. Somma ragione certamente ha questo Autore avuto di condannare tal pratica; poichè in fatti le medicine sono loro contrarissime, quando non ne abbiano un urgente bisogno. Tra gli altri gravi inconvenienti, che possono risultarne, non è picciolo quello della debolezza, che inducono

no le purghe nel corpo de' fanciulli, e del far loro impigrire lo ſtomaco, e gl' inteſtini. Ma piaceſſe a Dio, che foſſe queſto il ſolo male, che ne deriva. Vi è di più che gli umori, meſſi in moto, fermentano, e producono accidenti graviſſimi nell' economia animale. Inoltre è noto, che le medicine arreſtano le ſegregazioni, e in particolare la traſpirazione inſenſibile, che è la più eſſenziale, e più conſiderabile tra le evacuazioni del noſtro corpo.

Biſogna perſuaderſi, che in ogni ſorta di medicamento non vi è circoſpezione per eſſi, che poſſa chiamarſi ſuperflua. Nelle malattie, che affliggono la Gioventù, par che valoroſa la Natura rifiuti il ſoccorſo dell' arte, per operare ſola, e per iſpiegare tutte le ſue maggiori forze a favore di quella età. Ho ſperanza per altro che i Giovani, avvalorati per l' avvenire da una buona educazione fiſica, ſieno meno ſoggetti a moltiſſime infermità, che gl' infeſtano in queſto ſecolo effemminato; o che, acquiſtando maggior ſodezza e robuſtezza di temperamento, poſſano, ne' caſi d' infermità, meglio riſtabilirſi, ſenza l' ajuto dell' arte, e ſoprattutto ſenza le droghe medicinali.

Quando un fanciullo ſi lagna di un male di teſta, o come volgarmente ſuol dirſi, di un male di cuore, fategli fare, s' è poſſibile, ventiquattro ore di dieta, fra le quali fate che beva molta acqua pura,

che

che vale a rammollirgli il ventre. Non permettete che in quel tempo applichi, nè che abbia alcun motivo di rattristarsi; ma faccia solamente, se può, un poco d' esercizio all'aria aperta. Così il guarirete più sicuramente, e più presto, che non opererebbero tutti i medicamenti, i quali spesso non fanno altro, che sviluppare, o dilatare il germe del male, piuttosto che estirparlo (*). E s'egli è vero, che per l'ignoranza degli Uomini, la Medicina ha cagionato più danno, che utile al Genere Umano, avrà questa verità maggiormente il suo luogo per riguardo a' fanciulli.

Innesto del vajuolo.

Unica eccezione patisce la precedente regola; ed è l'innesto, che, dall'età di cinque, o sei anni fino a quella di otto o dieci, dee farsi del vajuolo a' fanciulli, che fin allora non l'hanno avuto. Tale innesto, eseguito con tutte le preparative diligenze richieste da' valenti Medici, che ne hanno scritto, riesce un preservativo profittevolissimo contro alle stragi di questo sì terribile e contagioso morbo, il qua-

I 4 le

(*) Roma frugale, cioè a dire Roma per più di cinque secoli dopo la sua fondazione, non conobbe Medici, nè volle ammetterne tra le sue mura. La sobrietà, e l'esercizio de' suoi vigorosi Cittadini rispigneano da loro efficacemente la maggior parte de' mali, che affliggono l'Umanità. Discacciati nuovamente i Medici sotto Catone il Censore, Cesare li richiamò, e gli onorò del dritto di Cittadinanza. Augusto fece di più, poichè concesse ad Antonio Musa il privilegio di portare l'anello d'oro.

le quasi a niuno risparmia di travagliarlo una volta nel corso della sua vita. Se si riflette, che 'l vajuolo ci viene quasi sempre per innesto, in qualunque maniera l'abbiamo, si comprenderà agevolmente, che per ischivarne i cattivi effetti, e per renderlo più benigno, importa moltissimo che venga, quando il corpo si trova preparato a riceverlo. Ma non è mia intenzione di quì fare l'apologia dell'innesto, del quale ne hanno ben dimostrata la necessità tanti Medici Filosofi non meno dotti, che interessati per l'utile del Genere Umano: Dirò solamente che l'esperienza felice, che nella maggior parte d'Europa con ottimo evento alla giornata si fa di questo metodo salutifero, anche ne' climi più opposti, è ormai il suggello dell'evidenza, alla quale sono gli Uomini tutti obbligati di arrendersi.

Si bandisca dunque ogni vano e mal fondato timore. Quando l'esperienza parla, bisogna ascoltare la sua voce, che è 'l puro linguaggio della verità. Quì la sua risplendente face da per tutto c'illumina, e dimostra da per tutto i gran vantaggi di questa pratica avventurosa. Altro che una superstiziosa scrupolosità non può su questo spaventare le coscienze meno illuminate, che semplici: nè altro, che una ostinazione de' Medici (poichè voglio tutti supporli onesti), intendo di quei Medici, a' quali il difetto delle buone cognizioni

ac-

acquista un grado di perpetua dimenticanza nel Mondo, può essere il motivo, che gl' induca a scrivere contro a questo metodo così salutare al Genere Umano. Del rimanente non mancano in ogni tempo degli uomini, che, simili all' insensato Erostrato, vogliono che di loro si parli a qualunque costo.

Sull' acchetare i fanciulli.

E' gran prudenza il non far provare a' fanciulli le alternative subitanee d' un sommo piacere a un sommo dolore; perchè producono per l' ordinario queste alternative certi così gravi sconvolgimenti, che saranno capaci di disturbare per sempre le funzioni dell' economia animale. Quando per qualche improvviso dispiacevole accidente li vedrete spargere lagrime copiose, guardatevi bene, voi padri, e madri, di loro volerle immediatamente rasciugare colle carezze, e molto meno colle minacce, specialmente se non sieno i vostri figli troppo avvezzi a piangere. Quanti fanfiiulli si sono infermati, e quanti ancora ne sono infelicemente morti, per difetto di queste picciole attenzioni!

Se un fanciullo è d' un naturale troppo timido, pauroso, o apprensivo, bisogna ingegnarsi a renderlo più spiritoso, e più ardito; altrimenti sarà sempre di gracile complessione, perchè circolando allora gli umori con troppa lentezza, e spesso con disuguaglianza ancora, potranno stagnare, e formargli delle ostruzioni nelle viscere.

Que-

Questa timidezza, quando è eccessiva, può moderarsi, addomesticando prudentemente il fanciullo coll'oggetto della sua antipatia. Per cagione d'esempio, se si spaventa de' cavalli, de' bovi, ec. fa uopo renderlo familiare con questi animali, conducendolo piacevolmente vicino a essi, e facendoglieli carezzare. Se ha paura di camminare di notte, conviene d'avvezzarcelo, accompagnandolo sul principio. Se teme di passare per sopra le acque, bisogna farlo divenire amico di questo elemento, obbligarlo a bagnarsi, insegnarli a nuotare, il che è per altro necessario a tutti gli uomini. Si può altresì condurre il fanciullo su gli ultimi piani de' campanili, perchè si accostumi a guardare in giù da' luoghi più alti. Quando sarà un poco più avanzato in età, converrà di fargli sentire a vicino lo strepito delle campane grosse, e de' cannoni; in una parola, adattarlo a tutte le cose, che possano esercitargli il corpo, e rendergli tranquillo e coraggioso lo spirito.

Sullo Studio.

Quando si vogliono fare studiare i fanciulli, bisogna condurli a quella applicazione per una strada piacevole, e seminata a parte a parte di fiori; perchè la natura, nel maggior numero d'essi, ripugna alle spine dello studio; e pochi ci si veggono, massime ne' principj, applicati di buona voglia: ve ne sono molti, che ci perdono la salute, per la gran dissipazione, che allo-

allora si fa di spiriti animali, la quale gli snerva; e nuoce molto all' accrescimento del loro corpo. Forse ancora la scempiaggine, e la barbara severità della maggior parte de' pedanti contribuiscono non poco a questa avversione. In fatti molti Precettori si veggono, i quali, senza riflettere che bisogna accomodarsi un poco alla disposizione naturale del fanciullo, ne vogliono esigere l' impossibile, con modi anche indiscreti e sconvenevoli, i quali a molti di quei poveri ragazzi fanno venire tal noja, e alle volte imprimono un sì forte timore, o un dolore sì amaro, che la costituzione del loro temperamento ne patisce moltissimo.

Narra Cesare de' Germani, che 'l corpo profittava in essi della negligenza, colla quale era trattato lo spirito; che, non facendo eglino a' fanciulli la minima forza, non obbligandoli a studiare, ma lasciandoli in piena libertà di seguire l' inclinazione, che in quella felice età loro detta la Madre Natura, di giuocare, o di fare altri corporali esercizj, era questa una delle principali cagioni, per cui acquistavano quell' altezza di statura, e quella vigorosa robustezza, che facea l' ammirazione de' Popoli Meridionali.

Comprendo bene, che tra le Nazioni culte, e nello stato, in cui sono presentemente le cose, troppo convenga di coltivare lo spirito; perchè altrimenti si popolereb-

be

be il Mondo di robufti ignoranti. Ma la condotta prudente farebbe di fare in modo, che gli efercizj del corpo, e dello fpirito ferviffero fcambievolmente gli uni agli altri di ricreazione e di riftoro, fenza l' obbligazione dell' ora fiffa, come fi ufa ne' Collegj, ma piuttofto quando lo fpirito fi dirige verfo l' uno, o verfo l' altro oggetto.

Se voi faprete con qualche ricompenfa cattivarvi l' animo de' ragazzi, li renderete amanti dello ftudio, e di tutti gli altri doveri: e fe gli ameranno, li praticheranno ancora allegramente e con piacere: onde ne trarranno ugualmente profitto e lo fpirito, e 'l corpo (*).

Le facoltà dello fpirito fono in alcuni più follecite, in altri più tarde; e quafi mai non dipende dal fanciullo il poter fare un rapido progreffo negli ftudj. Deriva quefta difpofizione dal cerebro più, o meno compatto, e dalla maggiore, o minore fcioltezza degli organi. I ragazzi, ne' quali quefte facoltà non anticipano molto, vengono per l' ordinario più robufti, effendo quefta una pruova, che la loro fibra non è troppo delicata, nè troppo foggetta alle vibrazioni; ma è più groffa, più fleffibile, capace d' ammettere maggior quantità di fugo nutritivo, e per confeguenza di meglio diftenderfi, e di prendere mag-
gior

(*) Dice Montagna, che fi debbono fpargere di zucchero le vivande falutifere a' fanciulli, e le nocive di fiele.

gior forza. Sicchè non dovete, voi padri, e voi madri, troppo sgomentarvi, se non sentite così per tempo a ben ragionare i vostri figli; perchè maggiore del guadagno, che voi, ed essi vi farete, non è certamente la perdita. Vi basti che mostrino buona indole, e buona tempera di cuore; che a questa principalmente, e alla sanità e robustezza del corpo si dee dalla loro più tenera fanciullezza badare. Il gusto poi dello studio, se ne saprete trovare i mezzi, verrà loro in appresso, quando la complessione, divenuta più valida, saprà meglio resistergli, e superarne gl'insulti; dico *meglio resistere*, perchè 'l vero studio io credo, che è sempre un grande ostacolo alla salute dell'Uomo; se non che, tolta questa applicazione, succederebbe in suo luogo la noja, male assai peggiore e più funesto alla conservazione dell'individuo.

Si potrebbe aggiugnere, almeno a parer mio, che molto bene per tutti i motivi sarebbero i Padri, e le Madri a mettersi in istato di potersi tutta addossare l'educazione de' loro figli (*). Che se poi viene a

(*) Questa educazione sarebbe, senza dubbio, profittevole anche al costume: poichè quante bugie, furberie, e scostumatezze non imparano i fanciulli dentro a' Collegj? Si dirà, che ivi si scozzonano meglio, che nella Casa paterna. Quando anche ciò fosse vero, qual gran vantaggio sarebbe, paragonato co' vizj, che vi apprendono, e col disprezzo odioso, che hanno in appresso la maggior parte per lo stato, e per la per-

a questi giovanetti il desiderio in appresso d'altre cognizioni, le acquisteranno co' loro naturali talenti, bastando di lasciar loro seguire in questo, quando si stima a proposito, la propria inclinazione; la quale, siccome diviene una specie di passione, così io credo che farà loro gloriosamente superare tutti gli ostacoli, e che più dotti diverranno di per loro stessi, e colla scorta di qualche buono consiglio, che sotto la direzione de' Maestri, che hanno per lo più certi metodi freddi, anzi non hanno altro, che un solo metodo per tanti diversi ingegni. Del resto io sono di sentimento, che mai un Maestro ordinario non abbia impresso quello, che si chiama genio della cosa; ma che moltissimi l'hanno certamente fatto perdere a' loro discepoli. Vedere, ascoltare, consultare, meditare, ed esercitarsi sono, a mio credere, le vere strade, che conducono alla dottrina.

ESERCIZJ.

Sono la maggior parte de' ragazzi amantissimi di tutti gli esercizj corporei: non vi ha cosa, che più gli alletti, che l'agitarsi: il riposo tra la giornata riesce per essi un

persona stessa del Genitore? Già si conosce, che io non parlo quì de' figli de' Signori; poichè alcune maniere, che a costoro stanno bene, servono agli altri per renderli orgogliosi, scapestrati, malvagi, e rovinatori, col tempo, delle famiglie.

ſi un tedio, perchè 'l deſiderio di far moto coſtituiſce in parte la loro eſiſtenza; ed è, come altrove ho detto, un dono, che la ſovrana provvidenza del Creatore loro concede in quella età di fievolezza, nella quale le fibre, troppo tenere, durerebbero fatica ad aſſottigliare gli umori, o le tuniche troppo floſce de' vaſi non ſaprebbero ben reſiſtere allo sforzo del ſangue. La circolazione non ſarebbe così felice, e ſarebbero le digeſtioni, e le ſeparazioni imperfette, e 'l chilo mal preparato, ſe i fanciulli foſſero meno avidi di movimento, e di giuochi; nelle quali cose radiſſime volte hanno biſogno di ſprone. Ma ſe mai, per qualche avverſa diſpoſizione del corpo, o dello ſpirito, non ne faceſſero abbaſtanza, non ſi avrebbe a traſcurare d'incitarli, con qualche piacevole allettamento, a ſaltare, a dimenarſi, a pazzeggiare; eſſendo queſte le occupazioni, nelle quali ſi dee paſſare l'infanzia. Onde non conviene mai opporſi a' loro fanciulleſchi traſtulli, nè mai forzarli a ſtarſi, contra loro voglia, quieti, nè tampoco per troppo tempo a titolo, come ſi è detto, di punizione. Anzi al contrario fa uopo ſomminiſtrare ad eſſi ſempre nuova materia da tenerli divertiti di corpo, e di ſpirito; perchè ſe ſi abbandonaſſero all' ozio, e al rincreſcimento, li vedreſte languire in uno ſtato di debolezza, e d'inerzia, nocevoliſſima alla ſalute. Il ripoſarſi tra la giornata, maſſime agia-

ta-

tamente ſul morbido, non è 'l caſo di quella età, in cui la natura non reſpira altro, che libertà, e movimento, per corroborare, e per fare creſcere il corpo.

Credo altresì, che quando ſi alzano la mattina, gioverebbe moltiſſimo il far loro muovere per tutti i verſi le braccia, per ajutare la macchina a meglio ſvilupparſi, e per ravvivare in eſſi la circolazione. Biſogna parimente accoſtumarli a ſtare in piedi quaſi tutta la giornata, anche mangiando, o ſtudiando, perchè quella poſizione fortifica tutte le membra. La tavola, ſulla quale fanno queſte funzioni, deve eſſere così alta, che vada a livello del petto. L'abito di ſtare in piedi eſercita maggiormente il loro corpo, e gli obbliga a mantenerſi ritti; onde ne ritrarranno, per la ſua perfezione, queſto altro vantaggio; oltrechè dormiranno meglio la notte, ancorchè ſia il letto un po' duro, ſenza piume, e ſenza cortina, ſempre freddo, ma che ſia però aſciutto, non eſpoſto a ſpiragli di vento, e in una ſtanza, che, per quanto ſi può, riguardi il mezzogiorno, ſenza odori, e nella quale entri, ed eſca l'aria con tutta la libertà.

Si può in queſta età inſegnar loro a rampicarſi deſtramente ſu gli alberi, a ſcalare le muraglie; potendo queſta abilità riuſcir loro, in qualche pericoloſa occaſione, giovevole; ma, oltre a queſto, l'agilità, che ne acquiſtano, conferiſce mirabilmente

te

te alla conservazione della salute, perchè vale molto a depurare gli umori. Giova altresì l'insegnar loro a giocare con ambedue le mani a tutti i giuochi d'esercizio, a tirar pietre da lungi a qualche bersaglio. Si può eziandio permettere, che vadano moderatamente camminando al sole, e alla pioggia, per istrade sabbiose, pietrose, e scabrose, per terre grasse e lavorate, per montagne, e scogli praticabili, al freddo, e anche sul gelo, imparando a sdrucciolarvi sopra. Possono eziandio in questa età cominciare i giuochi di corpo, le picciole lotte, che rendono loro più nerborute, e più vigorose le membra. E' buono altresì il farli andare scalzi per casa sul pavimento freddo, sempre colla testa, e col petto scoperto; nè far loro portare mai guanti, nè manicotto alle mani. E se, per caso, viene loro qualche catarro, continuate pure l'istesso metodo, senza altro rimedio, che un poco di dieta; e soprattutto non ascoltate mai consigli pusillanimi: ma badare però che respirino buona aria, in luogo lontano da paludi, da piazze di mercato, da ospedali, da cimiterj, e da tutte quelle parti, dove l'aria è imbrattata di cattive esalazioni. Queste sono presso a poco le regole, che si debbono nell'educazione de' fanciulli praticare fino alla loro età di dieci, o dodici anni.

EPOCA QUARTA,

La quale contiene quello ſpazio di tempo, da che 'l fanciullo giugne all' età di dieci, o dodici anni, fino alla ſua Pubertà, che ſi fiſſa quì a' quindici, o ſedici anni.

QUanto più il fanciullo avanza in età, più in lui ſi vanno ſviluppando le facoltà dell' anima; e le funzioni vitali ſi eſeguiſcono ſempre di meglio in meglio.

VESTIMENTO.

La maniera del veſtire è in queſta età la medeſima di quella già riferita nell' Epoca precedente; ſeguendoſi in eſſa la moda del paeſe, purchè ſia ſemplice e comoda, ſicchè gli abiti non premano, o ſtringano, oltre al dovere, niuna parte del corpo. Ma, per poco che ſi allontani da queſta ſavia legge di libertà, ſarà una moda tiranna, che dee ſubito abbandonarſi; laſciandola regnare ſu quei vili ſuoi ſchiavi, che le preſtano omaggio.

Quando ſi vede, che creſcendo il fanciullo, cominciano gli abiti a divenirgli ſtretti, biſogna ſubito fargliene de' più larghi, per le ragioni tante volte replicate nelle Epoche precedenti. Onde conviene che ſieno di mediocriſſima ſpeſa, per poterli più ſpeſſo cambiare, cioè appena che im-

impediscano qualche poco i movimenti del corpo; badando altresì, che dall'età di sei, o sette anni bisogna vestire abiti più leggieri, per arrivare gradatamente a farsi, come si suol dire, un corpo di ferro, avvezzandosi dalla prima fanciullezza a rendersi inaccessibile al rigore delle stagioni.

VITTO.

L'uomo non è fatto per occuparsi a mangiare, come le bestie. Il più vorace mangiatore tra gli uomini non v'impiega tre ore, tra le ventiquattro della giornata. Sono per suo vitto destinate le materie vegetabili, e le animali. La mistione di queste due sustanze corregge il soverchio effetto dell'una, o dell'altra. Poichè siccome il cibarsi solamente di carne genera corruzione, così il nutrirsi sempre di vegetabili, quando non si abitano luoghi adusti, produce degli altri inconvenienti; come freddezza, crudità di stomaco, viscosità, ec. E perciò ne' nostri climi conviene di mangiare anche un poco di carne; acciocchè, combinandosi il suo sugo alcalico con quello de' vegetabili, ne risulti un composto, il quale non partecipi delle cattive qualità nè dell'una, nè dell'altra sustanza.

Dee l'uomo menare una vita alquanto austera, avvezzandosi a mangiare di tutto, senza tanta dilicatezza di condimenti e di

falſe; le quali biſogna che ſieno ſemplici il più che ſi può, perſuadendoſi che la migliore ſalſa è quella dell'appetito, che ſi acquiſta coll'eſercizio del corpo. La carne così bollita, come arroſtita (*) ſi farà bene a mangiarla ſoventi volte fredda; ma o che ſia carne, o qualunque altra coſa, che ſi mangia, biſogna maſticarla bene, per meglio impregnare di ſaliva il boccone, e per farne così ſviluppare tutte le qualità ſaporoſe contenute nel cibo, acciocchè poſſano agire ſulle papille nervoſe della lingua, e sì deſtandone il ſenſo, ci facciano mangiare con maggior guſto. Di più queſta operazione del ben maſticare prepara altresì la ſeconda digeſtione, la quale ſarà altrettanto più facile e più perfetta, quanto meglio ſaranno ſtati i cibi triturati: perchè ſe l'azione de' fluidi ſopra i ſolidi è in ragione delle loro ſuperficie, e più di ſuperficie acquiſta il corpo, quanto più minutamente è diviſo; ne viene in conſeguenza, che triturandoſi bene il cibo, i ſughi dello ſtomaco agiranno in eſſo con maggior forza, e ſe ne farà molto meglio la vera digeſtione. Ne riſulta anche dal maſticarſi il cibo a dovere un altro vantaggio, ed è, che ſi forma, con minor quantità di cibo, l'iſteſſa copia di chilo, e di miglior qualità; poichè non ſempre è

(*) La carne arroſtita patiſce minor diſſipazione di ſugo nutritivo, che leſſa; cuocendoſi queſta in un mezzo tale, qual è l'acqua.

è la quantità del cibo quella, che produce più chilo, ma la sua qualità, e 'l grado di preparazione, che ha ricevuto a ben digerirsi.

Il vitto non deve essere troppo squisito o dilicato, ma semplice e sodo: ed è spediente d'attendere l'esigenza di mangiare, senza mai prevenirla. L'appetito n'è 'l termometro, il quale non si dee, per cibarsi, aspettare che scenda all'ultimo grado del bisogno; nè lasciarlo mai salire a quello dell'ultima sazietà; ciò vuol dire, che si dee mangiare, quando si ha fame; e che giova, nel levarsi da tavola, di sentire ancora qualche picciolo stimolo d'appetito, e resistergli.

Pretendono alcuni, e non fuor di ragione, che i cibi, che si mangiano con piacere, e che riescono gustosi al palato, si digeriscano meglio. In fatti le papille nervose della bocca, destate dal sapore d'una vivanda, che ci aggradisce, ricevono maggior copia di spiriti animali, i quali ajutano meglio la digestione; laddove i cibi, che ripugnano al gusto, fanno perdere l' appetito; perchè si produce allora nello stomaco una ingrata sensazione, proveniente dalla simpatia, che hanno i suoi nervi con quei della gola. Ma questo si dee intendere de' cibi semplici, e non già di quei, che si compongono di tanti intingoli e condimenti, funestissimi per l'ordinario alla salute, de' quali mai non dovremmo far uso,

 per

per eccitarci l'appetito; poichè quando la Natura, che è la nostra buona madre, cel nega, ci avvertisce allora di far dieta, per secondarla, con questo efficace mezzo, nel lavoro, ch'ella, per nostro bene, sta operando.

Gli animali ci danno su questo una savissima lezione, poichè altro non sieguono, che 'l puro istinto della Natura; laddove la maggior parte degli uomini se ne allontanano, per eseguire piuttosto i loro capricci, da' quali sono precipitati in un abisso di mali, che affrettano il fatal momento del sonno eterno.

La collera, e l'inquietudine diminuiscono l'appetito; perchè scemano queste dispiacevoli affezioni il suo tuono alla fibra, e la fanno divenire più languida. L'istesso effetto succede, quando si abitano luoghi umidi, quando si beve eccessivamente, quando trovà lo stomaco impiastrato di certe materie viscose, che formano nelle sue interne pareti una specie di crosta, la quale impedisce di poter essere irritate le fibre.

I cibi si debbono, siccome abbiamo di sopra accennato, variare, e in questa variazione darsi talvolta la preferenza a quei, che, senza allontanarsi dalla semplicità, più allettano il gusto. Non bisogna però (fuorchè nella convalescenza, o nella vecchiaja) mettersi a trattarne seriamente la scelta; ma si dee mangiare con moderazione

ne tutto quello, che si presenta a mangiarsi, e vincere, per quanto si può, l'immaginazione, ostinandosi contro a certe ripugnanze ricercate, o provenienti da una dilicata idea di sopraffine buon gusto. Lasciate pure questi lezj alle femmine oziose e svogliate; e voi Uomini, che volete divenire robusti, aspettate, che venga a darvi lezione su questa materia l'appetito, eccitato dalla fatica del corpo; e vi assicuro che troverete in esso un valente maestro.

Su gli alimenti.

Per la parola d'*alimento* s'intende in generale ogni sustanza, che può nello stomaco digerirsi, convertirsi in chilo, e in sangue, per servire alla nutrizione, e alla conservazione del corpo.

Si distinguono due sorte d'alimenti, solidi, e liquidi. In questa ultima specie non si comprende altro, che l'*acqua*. I solidi si traggono dal regno animale, e dal vegetabile. Dal minerale poi si cavano i sali, che servono per condirli.

Egli è certo, che a conservarsi sano, e a prolungare la sua dimora nel mondo non tanto vale all'uomo l'uso di certi cibi, quanto l'astinenza da certi altri, con tanto artificio apparecchiati, o, per meglio dire, avvelenati da'cuochi; sapendosi benissimo, che la frugalità, e la temperanza sono i due migliori specifici, per allontanare da noi quella gran folla di mali, che tengono afflitta la misera Umanità. E realmente nelle Città si vede, che le so-

le persone sobrie gustano, in tutta la loro estensione, i piaceri de' sensi, e arrivano a una felice vecchiezza, libera dalle più tormentose malattie, che sogliono assediarla: alla quale verità non possono dirsi contrarie le osservazioni, che poco appresso si faranno sull' intemperanza, siccome può ognuno con picciola attenzione facilmente comprendere.

L'Ente Supremo, per un effetto della sua infinita sapienza, ha fatto crescere abbondevolmente in ogni Paese, secondo il suo clima, quegli alimenti, che sono più propj a nutrirne gli abitatori. Così ne' paesi caldi la terra abbonda d'aromi, di vegetabili, e de' più squisiti frutti rinfrescanti, che si mangiano senza cuocere, e che possono, colle loro diverse propietà naturali, correggere molto la disposizione alcalina, che gli umori del corpo umano facilmente in tali paesi contraggono. All' incontro i luoghi freddi, ne' quali la terra non somministra tante ricchezze, sono copiosamente provveduti di pesci, d'altri animali, e di grani, che ricercano d'essere preparati dall' azione del fuoco; e a tal effetto così frequenti sono in queste contrade le foreste, e le selve.

Circa le carni degli animali, non vi è apparenza che abbia la Natura proibito agli uomini di cibarsene; poichè, a considerarsi la gran quantità, che ne abita sulla terra, e'l prodigioso numero, che ve

ne

ne sarebbe di più, se non si mangiassero (*), di leggieri ci persuaderemo, che più a questo fine sieno essi destinati, che a servirci di divertimento, o a qualunque altro uso. Si eccettuano però quegli animali, che si cibano di carogne, e di carni fracide, perchè i sughi de' medesimi sono troppo disposti alla putrefazione.

E in fatti se gli animali si mangiano l' uno l'altro, perchè l'uomo, il quale nutrisce, mentre vive, della sua propia sustanza molti piccioli insetti, e che morto serve di pasto a' vermi, non dovrebbe anche egli della carne degli animali nutrirsi? La Natura gli ha dati, come a' carnivori, alcuni denti canini, che servono a lacerare le carni, laddove negli animali mangiatori d'erbe non si veggono denti di questa specie. Dall'altra parte si osserva, che 'l sugo degli animali ci risarcisce più presto le forze, che 'l sugo de' vegetabili; anzi vi è opinione, che gli animali mangiatori d'altri animali vivi, come, per esempio, i pesci, tutti gli acquatici, e i volatili, che si cibano d'insetti, abbiano un sugo più sustanzioso, e che più presto si accomuna, e si fa una medesima cosa col nostro. Non vi ha forse tutta la ragione di credere, che le sostanze già animali sommini-

(*) Si osserva, che le bestie feroci sono meno feconde degli animali utili. Ma che diremo della prodigiosa fecondità di tanti insetti, de' quali ci è ignoto l'uso?

ministrino sughi più analoghi a' nostri, sughi già belli e preparati, che risparmiano una fatica, talvolta troppo laboriosa, alle nostre viscere?

Un Autore moderno dice molto ingegnosamente, che l'animale sembra che sia stato per nostro vantaggio formato, come uno stomaco vivente, che ci macina di continuo i cibi, per meglio prepararceli. Avrebbe potuto aggiugnere, che sia questo un servizio, che ci rendiamo scambievolmente in tutto il vasto Regno della Natura. Facciamo qualche altra osservazione intorno agli alimenti.

La Natura prepara a' bambini, che nascono, il latte della loro Madre. Questo latte è una sustanza non interamente animale, nè interamente vegetabile.

E' un liquore separato dalle mammelle delle femmine: e si distinguono in esso tre parti.

Il *butirro*, che è la parte più grassa del latte, composta d'un sale volatile, e di sottilissimo solfo, che la rendono calorosa:

Il *cacio*, che si forma dalle parti più terrestri, e più grossolane, altrimenti chiamate formaggio:

E finalmente il *siero*, che è di qualità dissolvente, e rinfrescativa, e rimane, dopo che dal latte si è tolto il cacio, e 'l butirro.

Dalla mescolanza esatta di queste tre parti ne risulta un composto, il quale, per esse-

essere perfetto, bisogna che sia bianco, senza odore, senza sapore distinto, e d' una mediocre consistenza.

Si osserva, che i popoli, che si cibano, come per esempio i Circassi, quasi interamente di latticinj, sono tutti alti, forti, robusti, e di lunga vita, e che le loro Donne hanno il pregio d' una rara bellezza: onde si riconosce l' utile grande, che ne arreca l' uso del latte: ed io direi, che se potesse aversi una specie di cibo, che, simile a questo liquore, non fosse nè interamente animale, nè interamente vegetabile, sarebbe questo cibo il miglior nutrimento, sembrandomi di poter così giudicare, stante la ragione da noi di sopra allegata, che una delle qualità corregge il soverchio effetto dell' altra. Non occorre dunque scagliarsi contro la mescolanza delle varie sorte di cibi, che si fa nel mangiare; essendo questa la maniera più propria di formare un sugo analogo al latte, che è l' ottimo di tutti i sughi. Perciò mangiate pure le diverse specie di cibi, che vi piacciono, ma poca quantità di ciascuno: e circa la scelta, mi pare che debba seguirsi la propia inclinazione, aggiugnendo, che si può consultare anche l' odorato; poichè quello, che riesce disaggradevole a questo senso, rade volte giova allo stomaco, e al contrario. Deriva questa corrispondenza dalla simpatica affezione de' nervi.

Rap-

Rapporta il Signor Haller, che un fanciullo abbandonato da' parenti in mezzo a un gran bosco, non si cibò d'altro, che delle erbe, che vi rinvenne, e crebbe d'un temperamento vigorosissimo. Questo fatto, che, supponendosi pienamente vero, favorisce l'opinione di coloro, che pretendono di doversi l'Uomo alimentare solamente di vegetabili, non dimostra però ancora la pretesa eccellenza del loro sistema.

Narra l'Istoria, che gli abitatori del Brasile non mangiavano in altri tempi, fuorchè cibi cavati dal regno vegetabile, e che viveano centoventi, e anche centotrenta anni; che aveano una statura di sette piedi, e una complessione robustissima: ma che, essendosi poi adattati alle nostre usanze, si hanno di molto abbreviata e la lunghezza della vita, e la grandezza del corpo. Io non so, se questo fatto sia esattamente vero; ma, senza quì entrare a discutere la dubbia fede degli storici, si può rispondere, che ne' paesi caldi, siccome gli umori del corpo inclinano molto all'alcali, così i vegetabili fanno miglior nutrimento, che le carni: ma ne' paesi freddi, indipendentemente dal pane, che è una sostanza vegetabile, giova similmente il cibarsi tanto dell'una, quanto dell'altra specie di sustanze, acciocchè gli umori non troppo si dispongano alla putrefazione; del che ne abbiamo anche l'avviso salutare dalla Natura; poichè oltre all'essere ne'

cli-

climi temperati i legumi più abbondanti l'estate, che non sono l'inverno, noi stessi, duranti i bollori della canicola, siamo molto più inclinati a cibarci di vegetabili, che di carne.

La prima preparazione, necessaria per le carni, è la cottura. Se meritano fede alcune relazioni, i popoli Cafri, che la mangiano cruda, hanno tutti la bocca puzzolente, e i denti guasti, e guari non vivono oltre all'età di quaranta anni. All'incontro gli Abissinj, che la cuocono, non soffrono questi incomodi, e la loro vita è di più lunga durata.

Moisè proibì agli Ebrei di mangiar le carni, che contengono ancora del sangue, come sarebbero quelle degli animali, che muojono affogati. La ragione fisica di questo divieto si è, che 'l sangue, che rimane nell'animale, gli dà molta maggior tendenza alla putrefazione, alla quale sono le carni tanto meno disposte, per quanta minor copia contengono di sangue. Tal differenza però riesce meno sensibile ne' paesi Settentrionali, che negli Orientali.

I Popoli della Groelandia, e della Lapponia, i quali non guari si cibano, che di pesci, hanno tutti cattivo colore di volto, e le gambe sottili, e tremanti. Questo è, senza dubbio, un effetto del molto olio, di cui abbondano i pesci, il quale diviene rancido, acro e mordace, e dissecca la fibra, onde essa, non potendosi per

tal

tal motivo distendere quanto bisogna, rende fiacca la persona. Non sono a questi inconvenienti soggetti quegli Ordini di Frati, che mangiano molto pesce, perchè vi accompagnano del buon vino, e de' buoni legumi; e sanno in oltre fare così buona scelta di cibi dilettevoli al gusto, che nel loro stomaco succede la dovuta combinazione a maraviglia.

Bevande. Di tutte le bevande la migliore è l' *acqua:* essa è 'l diluente per eccellenza. I Chimici l'appellano vino cattolico: ed alcuni Filosofi, e Alchimisti la credono l' anima della Natura: e in fatti vi eseguisce delle importantissime funzioni.

Esige l'acqua due qualità principali, la leggerezza, e la limpidità.

Può facilmente esaminarsi per mezzo della lisciva, nella seguente maniera. Si mette della cenere di legno verde in un vaso; poi si versa sopra dell' acqua; e, avendosi in un bicchiere l' altra, che si vuol sottoporre all' esame, si lasciano in questa cadere alcune gocce di quella di cenere riposata: così quanto più l' acqua del bicchiere s' intorbida, meno propia sarà ad esser bevuta.

L' acqua di mare, per cagione de' sali, che in se contiene, non è bevibile; nè, per quanti tentativi si sieno finora fatti, si è mai potuta render atta a questo uso. Forse è una pruova anche questa della saggezza del Creatore, che ha voluto mette-

re

re un freno al furore, e alla cupidigia degli uomini.

Molto buona a beversi nè tampoco riesce l'acqua piovana, la quale è una specie di ranno, che si fa de' sali, che vanno svolazzando per l'atmosfera: ma quando, dopo avere scorso i pori della terra, ne scaturisce in forma di fiume, o di fonte, filtrata allora, e spogliata de' corpicelli eterogenei, che l' imbrattavano, è la migliore di tutte le altre a essere da noi bevuta.

L'acqua di pozzo, di stagno, di palude non vale niente, perchè si corrompe in questi luoghi, e si riempie di lordure, e d' uova d' insetti. Ben è vero, che si purifica col mercurio, più efficace d' ogni altro mezzo. Può anche purificarsi, facendola bollire, o passare per uno staccio finissimo, o per le spugne, e maggiormente filtrandola per l' arena bianca. Questa maniera riesce facilissima, e dovrebbe sempre praticarsi anche coll' acqua di fiume, o di fontana, perchè si rende in tal guisa più leggiera, e più limpida.

Quantunque l' acqua pura sia il diluente per eccellenza, praticata da tutte le Nazioni, come la migliore e la più sana bevanda, e che più conviene al maggior numero della gente; contuttociò le persone di temperamento flemmatico, quelle che vivono in paesi umidi, che si nutriscono di alimenti grassi e oliosi, o che sono de-

deboli, e che soffrono molta dissipazione di spiriti, faranno bene a bere un poco di vino. L'uso dunque dell' acqua pura, o mischiata con un poco di vino naturale, è più, o meno opportuno, secondo il temperamento della persona, il luogo, in cui vive, e le fatiche, che fa. Si può leggere ciocchè a proposito dirò poco appresso, nello spiegare brevemente i diversi sintomi de' quattro principali temperamenti, che nel giovanetto saranno da' suoi lineamenti, e dalle sue passioni indicati.

Dopo l'acqua leggiera e semplice, il secondo miglior liquore, che possa berersi, è 'l sugo della vite fermentato, cioè 'l *vino*; poichè in sustanza non è altro, che acqua mischiata di alcuni spiriti ardenti. Bisogna però largamente innacquarlo, per ridurlo a bevanda ordinaria, e scegliere a tal uso un vino di due, o tre anni, che sia leggiero, e piacevole; poichè quanto più tartaro contiene il vino, meno è confacevole alla salute. Tali sono i vini del Reno, di Portogallo, ec.

Questo liquore vanta una remotissima antichità. Le Sacre Carte ci assicurano, che sia stato ritrovato da Noè, e da' Pagani se ne credea il primo inventore Bacco.

Bevuto moderatamente rallegra, ristora gli spiriti, fortifica lo stomaco, dà tuono alla fibra; e desta l'uomo, e gli procaccia uno stato delizioso.

Il vino bianco è più diuretico, e più leg-

leggiero; ma però manda più fumi verso la testa. Conviene maggiormente alle persone grasse, e che hanno poco esito d'orina; purchè ne facciano un uso moderato.

Abbiamo, per esaminare il vino, varj sicuri metodi, che si leggono sparsi in diversi libri. Il vino d'osteria è sempre sospetto; nè mai un uomo prudente ne farà uso.

La *birra*, della quale ne dobbiamo l'invenzione agli Egiziani, è anche un liquore fermentato, che richiede molta preparazione. Non ha essa il pregio d'essere una bevanda così salubre, come è l'acqua, e 'l vino: e quando non sia leggierissima, rende inerti coloro, che spesso ne bevono, e li fa quasi divenire insensibili. Circa poi al rimanente, riesce più, o meno nociva, secondo gl'ingredienti, che vi entrano, poichè la sua composizione non è da per tutto la stessa; ma varia qualche poco in ogni paese, e nell'istesso paese si fanno ancora diverse sorte di birra. Generalmenre ho per essa una prevenzione poco favorevole, concepita dall'osservare che l'ubbriachezza, che produce, riesce alla salute più funesta di quella del vino; e che ancora fa orinare pochissimo.

Il *sidro*, che è 'l sugo fermentato de' pomi, non dee più della birra stimarsi: e si pretende, sulla scorta dell'esperienza, che offenda i nervi. Produce spesso la colica a chi non è accostumato di beverne; e l'

L ec-

eccesso, che se ne fa, apporta sempre gravissimo nocumento a ogni sorta di persone.

I liquori forti bruciano, e disseccano troppo la fibra.

Vi sono eziandio delle pozioni non fermentate, come il tè, il caffè, il cioccolatte, e altre: le quali, quanto più contengono dell'olio essenziale delle rispettive piante, più si accostano alla natura de' liquori fermentati; poichè hanno gli olj essenziali delle piante molta analogia cogli spiriti ardenti, che nella fermentazione si destano.

OSSERVAZIONI.

Fanno male i padri, e le madri, che si adirano, e riprendono con tanta severità un fanciullo, che abbia ributtato per bocca, o per dabbasso qualche poco di flatuosità. Ordinargli che vada altrove in tale bisogno, è ben fatto, se ha il tempo, e l'agio d'allontanarsi: ma nel caso che non gli potesse riuscire, io gli lascerei piuttosto commettere quella picciola pretesa inciviltà, che obbligarlo a ritenere i flati, i quali, condensandosi, e accumulandosi negl'intestini, potrebbero certamente cagionargli effetti perniciosissimi alla salute.

Sull'imitazione

L'esemplio, così buono, come cattivo, è la scuola, che più istruisce i fanciulli, non solamente nel morale, ma eziandio nel fisico. Onde sarà opportuna condotta il

non

non operare in loro presenza di quelle cose, che potrebbero eglino, con pregiudizio della salute, imitare; e di tenerli parimente lontani da' ghiottoni, dagli ubbriachi, da' vigliacchi poltroni, e soprattutto dalla gente dissoluta e lasciva.

Nel letto fa di mestieri che stia il fanciullo col corpo tutto steso, e colla testa poco sollevata, acciocchè non gli si vada a incurvare il collo. Le coltri vogliono essere leggiere, per non destargli una troppo copiosa traspirazione, che potrebbe certamente indebolirlo. Questo è anche 'l tempo d'avvezzarlo a dormire sul lato ritto, perchè in questa posizione, avendo il cuore la punta inclinata, può meglio strignersi e dilatarsi, e spignere il sangue fino alle stremità.

Non far coricare i fanciulli in letti morbidi; e farli alzare per tempo.

Secondochè i fanciulli vanno crescendo in età, così si dee, conforme abbiamo di sopra avvertito, avvezzarli a meno dormire, senza però mai bruscamente destarli. Lodevolissima usanza è quella di farli andare a letto a buona ora, acciocchè la mattina prendano l'aria fresca, tanto propizia alla salute, e ristoratrice di tutto il corpo, perchè rinfresca il sangue, e rende la fibra più elastica, oltre al grandissimo vantaggio, che ne acquista eziandio l'organo della vista.

Standosi in campagna, o in qualche casa, a cui sia contiguo un giardino, vi si può la mattina fare una passeggiata all'u-

ſcire di letto. L'aria freſca e piacevole, che in tali luoghi ſi reſpira, la bellezza della naſcente aurora, la ſoave fragranza de' fiori, gli ſpiriti ſottiliſſimi, che eſalano dalle piante, ſono tutte coſe, che a quella prima ora rallegrano il cuore, dilatano il petto, e rendono la reſpirazione più libera in una atmosfera, la quale poſſiede allora una ſpecie di propietà balſamica, che attenua i fluidi, e accelera il movimento del ſangue: i fluidi attenuati, e meglio diviſi, non riſtagnano ne' minimi vaſi, e per conſeguenza non permettono alle viſcere d'oſtruirſi; ſiccome ſpeſſo ſuccede agli Uomini pigri, che ſono tutti gran dormitori.

Il Signor Lock raccomanda con molta ſpecialità di far coricare i figliuoli ſul duro, cioè ſopra a materaſſe di paglia, di lana, o di crini, e non mai di piume, le quali certamente indeboliſcono la compleſſione, e la rendono gracile, e più ſoggetta alle malattie. Ottimamente penſa queſto Filoſofo, che 'l letto duro fortifica le membra, e che al contrario il troppo morbido, nel quale la perſona reſta, per molte ore della giornata, ſeppellita tra le piume, ſonde, per così dire, e diſſolve tutto il corpo, e produce delle frequenti debolezze, che divengono alle volte infauſte foriere d' una immatura morte. Nè queſta è una eſagerazione; poichè, oltre al non eſſervi coſa più contraria alla ſalute,

lute, e al vigore del corpo, che 'l profondarsi ogni notte in un letto di piume, conviene similmente pensare, che non si sa a qual genere di vita uno può essere destinato, e che, per non patire tanto in appresso, vale moltissimo l'avvezzarsi di buona ora a soffrire. Abbiamo dalla Natura tante indigenze; perchè volerne aggiugnere delle altre, senza necessità? Del rimanente io credo, che calcolandosi i piaceri delle due opposte maniere di vivere, cioè della vita molle, e dell'austera, se ne troverebbe uguale dall'una, e dall'altra parte la somma; perchè l'assuefazione costante a una cosa soffribile ne toglie così la pena, come il piacere; e la riduce solamente a una specie di necessità, che ne rende penosa la privazione. Accostumandosi dunque il giovane di buona ora a una vita dura, non ci scapita nel presente, e ci guadagna per l'avvenire, preparandosi anche un tesoro per la vecchiezza; tanto maggiormente perchè l'esperienza c'insegna, che la vita un poco austera fortifica molto la costituzione del corpo.

La troppa sensibilità dell'anima nuoce al corpo.

La molta sensibilità dell'anima, benchè spesse volte sia un bene morale, bisogna però confessare che quasi sempre è produttrice d'un male fisico alla persona, che suol esserne vivamente commossa (*).

 Posso

(*) Quando comincia a farsi questo male sentire, le persone non avvezze a' patimenti, si allontanano ordinariamente dagli sventurati.

Posso con sicurezza affermare, che 'l sentimento troppo vivo dell' anima nuoce molto alla salute, e al vigore del corpo. Se alcuno poi mi domandasse, se dalla debolezza degli organi del corpo deriva forse questa gran sensibilità dell' anima, risponderei di non saperne niente di positivo; ma che possa molto contribuirvi il difetto dell' assuefazione. E perciò raccomando a' Padri, e alle Madri che comincino di buona ora a rendere i figli duri contro di loro medesimi, con impedir loro prudentemente di tormentarsi, di darsi in preda al dolore, e all' afflizione, per ogni picciolo male, che patiranno, o che vedranno patire alle persone loro congiunte per sangue, o per amicizia. Nel che non occorre di spiegarmi, che non pretendo di volerli, a forza d' indifferenza, rendere automati.

Dice il Signor Lock: qualunque sieno i colpi, che riceve un fanciullo, proccurate subito di frenare il suo pianto; con dolcezza però, io vi soggiungo, e senza vostra alterazione, perchè in tal modo s'accheterà più presto, e diverrà meno sensibile per l' avvenire.

Io stimo, che sarebbe cosa propria l' avvezzare a poco a poco i ragazzi alla vista degli oggetti disgustevoli, come delle piaghe, de' cadaveri, delle sezioni anatomiche, delle operazioni cerusiche, e generalmente di tutto ciò, che potrebbe in ap-

presso

presso sbigottirli, e disturbar loro con improvviso ed eccessivo timore la fantasia. Sicchè dirò pure io, sulla scorta del chiarissimo sopra lodato Scrittote, che la fermezza, e la poca sensibilità dell'animo è 'l migliore scudo, che possiamo opporre contra i mali, e gli accidenti ordinarj della vita; che bisogna per tempo, a forza d'assuefazione e d'esercizio, cominciare a fare il callo al dolore; e che niuna cosa più valga a farci meno patire, quanto l'aver veduto gli altrui patimenti maggiori. Nè questo è un sentimento inumano, ch' io abbia; è una conseguenza delle osservazioni, che ho fatte, e che ognuno, al pari di me, può fare, frequentando gli Ospedali, i Medici, e i Cerusici. Del rimanente io dico, che bisogna avere un buon fondo di cuore, un cuore tenero e compassionevole, per amore del bene, e non già per debolezza, essendo la debolezza generalmente la virtù di coloro, che non hanno maggior costanza d'animo, per essere più ragionatamente virtuosi. Non chi fugge da un uomo ferito, e grondante sangue, ma chi corre ad ajutarlo è, a parer mio, veramente compassionevole, e degno di lode.

Rimedj, che si adoperano a caso.

Padri, e Madri, badate bene, se i vostri figli patiscono qualche incomodo, o grave, o leggiero che sia, a non far uso di quei rimedj, che le Comari, le Donnicciuole, e alcuni Uomini ancora non man-

cheranno d' insegnarvi, come cose mirabili. Persuadetevi pure, che per quanti belli fatti vi allegano, per quanti esempj vi citano, giocherete sempre a un lotto di cento contro a uno, nel quale vi toccherà la sorte di perdere. Sicchè non è prudenza il mettervi a tale rischio, per seguire, come giornalmente si fa, i consigli della gente volgare, e non intesa dell' arte.

Cajo, dirà uno, avea male agli occhi, e 'l tal rimedio l' ha guarito. Vuoi, tu Fabio, che hai l' istesso male, parimente guarirne? Fa l' istesso rimedio, e in capo a tre giorni ti vedrai sano. Il credulo Fabio mette in esecuzione il consiglio, e in tre giorni diventa cieco. Onde mai questa contrarietà d' effetti? Non pativano forse ambedue costoro di flussione d' occhi? Sì; ma chi fosse stato perito del mestiere, avrebbe conosciuto, che 'l medicamento opportuno per Cajo, che avea una oftalmia umida, non era il caso di Fabio, che l' avea secca. Questo è un solo esempio; ma ve ne sono mille di questa sorta in ogni specie di malattia; e perciò in niuna si debbono mai adoperare medicamenti, che non sieno prescritti da' Professori: e anche tra' Professori bisogna far capo a quei di maggiore sperienza, e di più chiara fama (*). E questo avvertimento si vuol ben

(*) Io credo, che in tutte le Città d' Europa, dove sono Scuole di Medicina, vi si tengano, in

ben imprimere nella mente de' ragazzi, quando sono in età di poterlo capire; acciocchè mai non ascoltino di questi oscuri consigli, nè mettano in opera alcuno rimedio, senza prima informarne i parenti; essendo questa una imprudenza, della quale caro costano tutto giorno gli effetti al Genere Umano.

Dovrebbero le Leggi ordinare pene afflittive contro a questi pestiferi Empirici, e Venturieri di Medicina, che si mettono a vendere al Popolo ignorante tanti rimedj a caso.

Sull' intemperanza.

Recherà forse stupore, ch' io lodi un poco l' intemperanza. Ma non posso veramente dispensarmi dal dire, che debba a un giovanetto, per fortificarsi la complessione, secondochè avanza in età, essere *qualche volta* permessa. Non intendo già, che l'uomo regolato non goda forse più ordinariamente buona salute; ma quanto più uniforme è 'l tenore di vita, che mena, più la complessione si rende dilicata: e quel corpo, che esercita ogni giorno le stesse funzioni, nè più, nè meno, e sempre

certi giorni della settimana, aperte per comodo di coloro, che vogliono andarvi a ricevere gratuitamente i consigli de' Professori più bravi. Almeno in quella di Parigi vi è questo lodevole costume; oltrechè tutti i migliori Medici di quella illustre Facoltà si fanno un generoso piacere d'ascoltare ogni mattina in loro casa, e di consigliare gl' infermi, che vanno a chiedere il loro parere.

pre quasi alle medesime ore, sopravvenendo qualche cicostanza, per cui non possa così puntualmente continuare quel regolamento di vita, va subito a sconcertarsi; e di queste circostanze al mondo mai non ne mancano. Contuttociò bisogna spesso ricordarsi dell'aforismo: *che i migliori specifici per l'Uomo sono la temperanza, e la fatica*.

Intanto non sarà male, che un giovanetto cominci un poco ad avvezzarsi a tutti gli eccessi del corpo (*), perchè in appresso bisognerà che sappia adattarsi a ogni cosa; e che non tenga altro metodo, se non quello di non seguirne alcuno. Alle volte è imprudenza abbracciare alla cieca l'altrui maniera di vivere, solo perchè si vedrà, che chi la siegue, se ne trova bene. Conviene dunque dalla prima gioventù accostumarsi ad obbedire di buona voglia alla necessità, considerando, che possono a tutto resistere solamente coloro, che a tutto si avvezzano. Ma bisogna piegarvi la natura, senza forzarla: col favore del tempo si guadagna ciò, che tutto a un tratto non

(*) Eccettuati quelli dell' amore, e tutti quelli, che possono offendere la Religione, e le Leggi. Dee l'uomo poter fare tutte le cose, e piacergli di fare solamente le buone. „ Io „ voglio, dice Montagna ne' suoi Saggi, che „ la dissolutezza medesima superi di rigore, e „ di fortezza i suoi compagni; e che non lasci „ di fare il male per difetto di cognizione, o di „ forza, ma per mancanza di volontà.

non si potrebbe da lei ottenere: dove essa urtata si spezza, per mano si lascia a poco a poco insensibilmente condurre; cede, e si unisce coll'abituazione, e forma colla medesima alleanza perpetua.

Se a un giovane riesce dura la fatica, bisognerà che si vada insensibilmente accostumando. In una parola, dovrà vincere colla forza dell'abito tutte le ripugnanze pusillanime, e adattarsi a fare tutto ciò, che può fare un uomo ragionevole, senza attaccarsi a niuna cosa in particolare. Si avvezzi dunque a saper soffrire la fame, la sete, il freddo, il caldo, il sereno, la veglia, i festini, la fatica, il sudore, ec.; e perciò incominci a farne di buona ora l'esperienza, quando ancora non gliela richiede il bisogno.

Sul riso.

Di tutti gli animali l'Uomo solamente ha la facoltà di ridere. E' il riso una azione patetica dell'anima, la quale mette in gioco il polmone, e palesa l'interna compiacenza, che sente: è quel moto, e quello scoppio convulsivo della voce, che si fa, quando veggiamo, o quando ci si affaccia all'immaginazione qualche oggetto buffonesco, o ridicolo; e questo è 'l riso naturale.

Vi ha un' altra maniera di ridere, che assolutamente dipende dalla volontà, e si chiama riso *sardonico*, o non naturale. Questo è 'l riso de' politici, e della gente del mondo.

Quan-

Quanto utile è 'l riso moderato, altrettanto lo smoderato è pericoloso. Nel primo caso, ritrovandosi qualche materia estranea rinserrata ne' polmoni, l'aria, che fortemente vi si agita, te la caccia fuori pe' bronchi; e quella agitazione scuote piacevolmente la macchina, e mette in moto gli spiriti animali; onde si accelera, e si fa più a dovere la digestione, la circolazione, e la separazione degli umori.

Il riso smoderato può all'incontro cagionare uno sputo di sangue; perchè l'aria contenuta ne' polmoni, non potendo uscirne, si riscalda, si rarifica, sforza i vasi sanguigni, e li rompe; il che è sempre cosa molto nociva. Alle persone grasse talvolta, per avere troppo riso, vengono de' forti dolori di testa, e anche degli accidenti apopletici; ed eccone la ragione.

Quando si ride, arrossisce il volto, arrossiscono gli occhi, e si riempiono di lagrime; guardandosi il collo, si veggono gonfiarsi le jugulari; onde si conosce, che 'l polmone è nell'ispirazione; che 'l sangue per conseguenza è arrestato nelle arterie polmonari. Dunque saranno pieni di sangue l'auricola, e 'l ventricolo destro, e la vena cava; e non potendo le jugulari scaricarsi di quello, che ne contengono, non potrà l'altro far ritorno dalla testa; e di quì la rossezza del volto, e degli occhi, l'abbondanza delle lagrime,

della

della saliva, ec.; onde si farà *pletora*, e per ogni picciola precedente disposizione si ostruiranno i vasi del cerebro, e cagioneranno l'apoplessia, o almeno dolori di testa terribili.

Sulla musica istrumentale.

Io per me non approvo, che si prenda lezione d'istrumenti di fiato, come di flauto, di oboè, di corno di caccia ec.; poichè, lasciando da parte, che mentre si suona, non ha la circolazione l'intera sua libertà, siccome può ben argomentarsi dalla rossezza del volto; esigono tutti questi strumenti un esercizio troppo violento del petto: laddove il polmone è una viscera dal proprio officio bastantemente obbligata a muoversi, senza che vi sia bisogno di così violentemente, e così spesso sforzarla, come si fa, quando la persona impara a suonare di fiato.

Sulle passioni.

Molto meno pericoloso è per la conservazione de' giovani il seguire diverse passioni, che l'attaccarsi troppo tenacemente a una sola. Onde i Padri di buon senno, che hanno impegno per la salute de' figli, badano attentamente a dividere il foco delle loro passioni, per impedire che tutte non si raccolgano sul medesimo oggetto.

Imperocchè i giovani, che sono da una forza predominante di genio determinati a un solo oggetto, se ne appassionano a segno, che ne divengono quasi fanatici; e la loro macchina patisce ugualmente e

nella

nella privazione; e nel possesso della cosa; che trae unicamente a se tutta la loro affezione. Bisogna dunque con molta avvertenza variare il gusto giovanile, acciocchè la forza, che lo fa muovere, incontrando un maggior numero di superficie, sulle quali si può dividere, e suddividere, operi conseguentemente con meno d'attività.

Sul gioco. La passione di quei giuochi, che non esercitano il corpo, è ben capace d'indebolire, e di sconcertare la sanità; poichè, pigliando per esempio quello delle carte, il furore, che in esso si concepisce, tiene frequentemente i giocatori buona parte della notte svegliati, e, ritirandosi poi anche con guadagno dal gioco, restano collo spirito talmente agitato, che non potranno tranquillamente dormire: alla quale osservazione se si aggiugne l'altra del cattivo sangue, che, per ragione o d'interesse, o almeno d'amor proprio, necessariamente si fa nel perdere, non si durerà fatica a comprendere, quanto la passione di tale sorta di giuochi sia nemica alla salute dell'uomo.

Temperamenti. Non prima de' quindici anni si può cominciare a distinguere la specie di temperamento, che domina la persona; il quale, per l'ordinario, non bene ancora si manifesta, che dopo gli anni di pubertà. Ciò non ostante ho stimato toccarne quì qualche cosa, per dare a questa Disser-

sertazione un poco di maggior lustro.

Per *temperamento* s'intendono comunemente alcune disposizioni, o piuttosto s'intende una certa attitudine del corpo, mediante la quale si esercitano più, o meno bene alcune funzioni, in tale, o in tale altra maniera, nell'economia animale.

La diversità de' temperamenti con molta ragione si crede, che dipenda dalla diversa costituzione de' solidi, o de' fluidi. Ma se si domanda quale di questi due principj infonda all'altro le qualità, la quistione diviene molto scabrosa; nè sarà facile di poter altro rispondere, se non che concorrono verisimilmente ambedue alla produzione di questo effetto, ma che finora la maniera precisa ci è affatto ignota.

La cognizione esatta de' temperamenti è assolutamente necessaria nella Patologia, nella Fisiologia, e soprattutto nella Igiena, che costituisce il soggetto della presente Dissertazione. Non è quì mio pensiero d'indicarne tutti i distintivi, non avendomi prefisso di scrivere (al che le mie forze non basterebbero) un' opera per Medici; ma mi ristrignerò a dire brevemente poche cose, adattate alla comune intelligenza, intorno a ciascuno de' principali segni, onde si conoscono i quattro diversi temperamenti, *sanguigno*, *flemmatico*, *bilioso*, e *melanconico*, opportuni a spiegarsi, per adempire all' obbligazione imposta nel Problema dell' Accademia.

Quan-

Quantunque sia infinitamente varia la combinazione, che può farsi di questi quattro temperamenti, e che per lo più se ne uniscano due per volta; contuttociò il minore, o maggior numero de' sintomi fa conoscere di qual temperamento più, o meno la persona partecipi. E da questi indizj appunto, che noteremo, abbiamo a prendere regola e norma, per secondare efficacemente l'intenzione della Natura, la quale per se stessa inclina sempre al bene: talchè se la nostra costituzione è debole, se gracile il temperamento, se frequenti sono le malattie, e se la vita finalmente è sì breve, che troppo di rado si giugne a cento anni, dobbiamo di tutti questi mali attribuirne la cagione alla nostra inespertezza, agli eccessi, che commettiamo, e alla cattiva condotta, o alla cattiva ereditaria salute de' Genitori.

Sanguigno.

Se un ragazzo di quindici anni, o in circa, è d'una statura mediocre per la sua età; se ha i capelli d'un biondo oscuro, la pelle gentile e morbida, una bella carnagione, e un colore vivo, e rubicondo di volto, onde si argomenta che 'l sangue in lui circola con libertà; se le orine, che rende, sono colorite, e di buona qualità; se va del corpo regolarmente una volta al giorno; se questo ragazzo è volubile, che non troppo fissa, poco curante, allegro, spensierato, festevole; se dormendo ha sogni piacevoli, e ve-

vegliando ama sempre di ridere, e di trescare, senza far male, sarà egli verisimilmente di temperamento sanguigno.

E questo è 'l migliore di tutti i temperamenti, per la giusta mediocrità, che serba tra' gli estremi; onde bisogna mantenerlo, per quanto si può: e io credo, che osservandosi il metodo generale, da noi indicato in questa opera, vi si possa (purchè altro accidente non vi si opponga) arrivare.

Flemmatico.

Se vedete un giovinetto troppo alto, e sottile per la sua età, di pelle assai bianca, e delicata, e morbida al tatto; e che abbia i capelli, e le ciglia d'un biondo chiaro, l'occhio azzurro e languido, l'aria tenera ed effemminata, la figura del volto amabile, il polso lento e molle; se ha il beneficio del corpo due o tre volte al giorno; se sputa molto; s'è troppo docile, che si lascia facilmente dominare, che non ha una certa vivezza di spirito, ma è pigro, irresoluto; e se, con tutte queste circostanze, vive altresì in un clima freddo, o temperato, sarà verisimilmente di temperamento *flemmatico*.

La maggior parte delle fanciulle di questo temperamento, hanno per lungo tempo una certa pallidezza di volto, e tardi arrivano a esser nubili; anzi talvolta ne muojono in quella crisi; perchè la forza vitale singolarmente languisce ne' flemmatici.

Non hanno costoro grande appetito; nè molto reggono agli strapazzi: e poca sensibilità anche mostrano per gli affari della vita.

Del resto sono quieti, pazienti, amici deboli, e nemici di poco contò. Sterili per se stessi di fantasia, lavorano solamente sulle altrui tracce; nè molto riescono nelle opere d'ingegno. Sono tardi nel giudicare, ma il giudizio, che danno, è retto e sicuro; e de' loro consigli si può fare tutto il buon uso.

Grande è la loro abilità per le Scienze, che richieggono esattezza: buoni Osservatori, bravi Naturalisti, sono capaci di esaminare un'ala di farfalla per una giornata intera: in una parola, il loro temperamento è 'l vero contrapposto del bilioso. Amano la musica patetica e tenera, la poesia pastorale; e sono veri Celadoni (*). Ma dove si tratta di pingere in poesia, o in musica una tempesta, un combattimento, un tremuoto, e cose simili, saranno *Lulli*, quando converrebbe d'essere *Rameaux* (**).

Più genti si trovano di questo temperamen-

(*) *S'allude all'Astrea, che è un Romanzo di Onorato d'Hursè, in cui si descrivono le dolcezze della vita tranquilla, e pastorale. Uno de' Pastori, che sembra più innamorato di questa vita sì felice, è Celadone quì sopra nominato.*

(**) *Lulli, e Rameau sono stati due celebri Maestri di Cappella Francesi, il primo eccellente ne' sog-*

mento nelle Città, che in campagna. L'aria aperta però loro giova più, che a chiunque, siccome all' incontro loro nuoce l'abitare vicino a fiumi, o a laghi, e 'l bagnarsi frequentemente.

Stanno bene queste persone ne' paesi caldi, e asciutti; anzi in tali paesi poche se ne ritrovano. L' istesso non può dirsi delle Provincie Settentrionali della Francia, nè dell' Olanda, nè d'una gran parte del Nord; dove il temperamento, che domina, è appunto il flemmatico, massime nelle Donne, le quali ordinariamente fanno meno esercizio degli Uomini.

Si può loro permettere l' uso moderato del vino bianco, e del caffè. Gli stimolanti, e i diuretici sono lodevoli: e nel loro vitto debbono preferire i cibi alquanto caldi, come la carne di castrato, e qualche poco di selvaggiume; mai non mangiare legumi troppo acquosi, e soprattutto mai non cavarsi sangue. Bisognerà spronarli agli esercizj un po' violenti, a' quali di per se stessi non sono portati i flemmatici, perchè amano troppo la quiete e 'l riposo, che pur dovrebbero, per loro vantaggio, evitare.

Bilioso.

Se la persona è di statura picciola per riguardo all' età; se ha la pelle un po' arida, e bruna, o di colore gialliccio, il polso forte e vivace, il corpo magro, e ben di-

getti teneri, e l'altro in quelli, che richieggono forza, e agitazione.

diſtinto di muſcoli; ſe ha i capelli d'un caſtagnino quaſi negro, le ciglia ben terminate, l'occhio vivo e ſcintillante, il fiato aſſai caldo; ſe ha molto appetito, e digeriſce preſto, ſe rende poca orina, e roſſaſtra e carica; ſe patiſce di emorroidi, e va del corpo ogni due o tre giorni, anche con difficoltà; ſe queſta perſona è vivace, petulante, collerica; ſe ha pronto, ſodo, e fiſſo il giudizio, felice la fantaſia, e feconda d'idee; ſe ama con veemenza, e odia anche del pari; tutti queſti ſaranno ſegni d'un temperamento *bilioſo*.

Sono coſtoro amanti del moto: la loro anima ſta ſempre in agitazione, e per un niente li vedete montare in furia: ardenti, focoſi, indefeſſi nella fatica, capaci de' più gravi ſtrapazzi, de' più violenti eſercizj, rieſcono a maraviglia in tutti gli affari, che richieggono celerità. Amano gl'intrighi, e li ſanno ottimamente condurre: non eſitano mai, ma prendono ſubito il loro partito, perchè veggono, a primo colpo d'occhio, tutto il compleſſo della faccenda; ma non mai contenti, terminata una, ne cominciano toſto un'altra, e ſtanno ſempre in azione.

Sono i bilioſi amatori zelanti, amici caldi e generoſi, ma nemici altresì implacabili, e pernicioſiſſimi. Rieſcono nelle arti, che hanno biſogno di buona fantaſia; ſi compiacciono de' ſiſtemi.

Queſte ſono, in parte, le qualità, le fun-

funzioni vitali, naturali, e animali del bilioso; le quali si vede, che dipendono tutte da una qualità, che hanno le fibre, d'essere troppo suscettibili di vibrazione, e di scuotimento.

Perciò dee, chi osserva in se di questi sintomi, astenersi interamente da tutti i liquori spiritosi, e farsi all'incontro larghe bevute d'acqua; mangiare poca carne, e non mai *ragù*. Utilissimo sarà per lui l'uso de' bagni d'acqua dolce, de' diluenti, de' frutti, e de' legumi, che partecipano alquanto dell'acido; perchè i suoi umori inclinano alla qualità dell'alcali. Il bilioso non ha bisogno d'essere spronato all'esercizio, perchè ne farà di per se stesso bastantemente. Onde piuttosto gli si può consigliare un poco di riposo.

Melanconico.

Il temperamento *melanconico* non può ancora distinguersi a questa età; ma si manifesta ordinariamente verso i 30. anni. Contuttociò, perchè ho promesso d'indicare i sintomi di tutti quattro i temperamenti, debbo eziandio di questo toccarne qualche picciola cosa.

Questo dunque è un temperamento piuttosto accidentale, che ereditario. Ciò non ostante se 'l Padre, o la Madre, o maggiormente se ambedue ne sieno stati attaccati, bisognerà un poco più seriamente badare alle indicazioni, che può darne anche 'l figlio.

Dipende tal sorta di temperamento da

una tenſione troppo forte delle fibre, e da una ſoverchia ſenſibilità de' nervi.

Hanno i melanconici il polſo ſerrato, vivace, e ſecco; il corpo magro; la pelle arida, aduſta, e di cattivo colore; i capelli perfettamente neri, il pelo ruvido, e 'l volto deforme, ancorchè nella fanciullezza ſieno ſtati belli; gli occhi piccioli, aridi, e ſpiranti una certa ferocia; una fame ſpeſſiſſime volte canina, ma irregolare; difficile e cattiva digeſtione, e ſtitichezza grande di corpo, che fa loro ſalire de' fumi e de' vapori verſo la teſta: ſono tetri d' aſpetto, e dotati d' una immaginativa ſommamente feconda, della quale ſpeſſe volte ne abuſano, figurandoſi a caſo certi funeſti accidenti, che loro abbiano a ſovraſtare. Hanno altresì buona memoria, e un giudizio così vivo e così pronto, che fa ſtupire; grande ingegno, ma propenſo aſſai alla ſatira, benchè adattato anche alle Scienze ſublimi, come la Teologia, e la Metafiſica, eſſendo eglino amanti d' ogni materia capace di diſcuſſione. Si deliziano ne' Teatri a vedere la tragica rappreſentazione de' grandi avvenimenti, e ne aſcoltano con molta attenzione i racconti, e con molta ammirazione li contemplano ancora dipinti ſu' quadri. Amano alla platonica; e pieni de' ſentimenti di tale amore, ſono capaci d'ammazzarſi per una donna infedele.

Se abbracciano la virtù, rieſcono gli uo-

uomini i più virtuosi ; se 'l vizio, i più scellerati del mondo : e 'l peggio si è, che il timore della pena poco gli spaventa : vanno sempre agli estremi in tutte le cose, così nell'amicizia, come parimente nell'odio ; e mai le loro forze non sono sufficienti alle voglie, che essi nutriscono.

La mestizia, la noja, l'ozio, la solitudine sono tutte cagioni potentissime a formare il temperamento melanconico, per cui le genti si rendono talvolta così dispiacevoli, così rincrescevoli a se medesime, che arrivano a darsi volontariamente la morte ; o pure non tarderà essa a venire, affrettata dagli sconcerti, che una fantasia depravata produce nell'economia animale ; i quali sconcerti fanno menare all'uomo una vita languida e afflitta, e 'l conducono più rapidamente alla tomba. Non regna mai questa specie di temperamento ne' fanciulli ; e ne sono per lo più anche immuni coloro, che, nascendo poveri, si occupano, per campare, alle fatiche manuali.

Già si vede quanto grandemente importa lo sradicarsi il germe di questo temperamento, quando se ne cominciano a scorgere i segni. Per giugnere a questo fine, si dà al melanconico qualche occupazione piacevole, in luogo, dove non respiri, che un'aria mediocremente sottile, e allegra : si fa uso nell'istesso tempo del siero,

M 4

to, de' dulcificanti, degli antispasmodici; e, senza affettazione, senza nè tampoco parlargli di malattia, si proccura, per quanto si può, di svagarlo, e di farlo rallegrare, tenendolo sempre lontano dalle persone tetre, e dalle lunghe applicazioni, menandolo agli spettacoli, alle feste di divertimento; ma più d'ogni altra cosa giova il farlo viaggiare.

Il maggiore, o minor numero degl'indizj, che si avranno di uno di questi quattro temperamenti, determinerà fino a qual segno più ne partecipi la persona.

Tabacco. Il tabacco si avrebbe a prendere per rimedio, e non già per abito, perchè irrita troppo il genere nervoso; e questa soverchia irritazione fa dissipare troppa quantità di spiriti animali; la mancanza de' quali fa perdere la memoria. Se ne può l'uso solamente moderato tollerare nelle persone di temperamento flemmatico, e in coloro, che sono soggetti a flussioni sierose di testa.

Fatighe. Io non approvo il portarsi pesi in testa da' giovani; perchè stimo, che ne possano risultare cattivissimi effetti. La testa è la sede di tutti i nervi, dalla quale si ramificano, e si distribuiscono per tutto il rimanente del corpo. Credo dunque, che caricandosi la testa di qualche peso alquanto considerabile, si comprimano troppo le vertebre del collo; e se questo carico non è giustamente a perpendicolo, può la spina

na del dorso piegarsi da uno de' lati, e soffrirne anche del danno la midolla allungata. Ho veduto parecchie donne, per aver praticato questo perverso metodo, patire, ancora giovani, di debolezza di nervi, di tremore di testa, e andare col collo torto. Per me non so comprendere, che cosa di più si guadagni a portare some grandi sulla testa, anzi veggo al contrario che ne derivano pessimi inconvenienti.

Quando poi si fa portare in sulle braccia a' ragazzi qualche peso per essi considerabile, in luogo alquanto lontano, si vogliono avvertire di non portarlo per molto tempo sul medesimo braccio, ma cambiarlo spesso dall' uno all' altro; sapendosi che 'l lato libero del corpo, per fare il contrappeso, si piega molto, e che tutta questa parte è in contrazione, mentre l' altra soffre maggior distensione del solito; la quale positura si vede che è sforzatissima; e perciò non bisogna lungamente perseverarci, potendone allora nascere delle deformità, e anche altri accidenti più gravi. Questa è una osservazione, che può anche a diverse altre più generali circostanze applicarsi.

L' invenzione di parecchie arti, e di parecchi mestieri esige molta assiduità, e poco esercizio per coloro, che li professano. Quanti Artefici, per guadagnarsi il pane, si sequestrano pe' trenta più belli anni di loro vita in casa, col corpo piegato

gato sul lavoro ! Questa maniera di vita sedentaria io tengo che sia capacissima di nuocere alla digestione, d'ingrossare gli umori, e di farli ristagnare ne' minimi vasi, d'alterare in conseguenza la buona costituzione del corpo, e di diminuire notabilmente la forza e 'l vigore a tante persone dell'uno, e dell'altro sesso, applicate a lavorare all'ombra de' loro gabinetti, dove sovente respirano di più un'aria di cattiva qualità (*).

Questo già non avviene ne' mestieri, che si fanno all'aria aperta, ne' quali agisce la forza del corpo; e perciò il loro esercizio, più naturale all'uomo, conferisce moltissimo a renderlo più agile, più vigoroso o più sano: e in fatti le persone addette a tali mestieri, senza qualche caduta, o qualche grave disordine, ben di rado si veggono inferme.

Si faccia un paragone tra gli animali selvaggi, e i domestici d'una medesima specie, e si scorgerà quali effetti la libertà, e l'esercizio producono favorevoli al vigore del corpo. I domestici ingrassano, perchè mangiano bene; ma sono però più mogj, più fiacchi, e più languidi, e mostra-

(*) Quello, che vi ha di peggio per la specie Umana, in questa maniera di vita sedentaria, abbracciata dagli Uomini, si è, che non solamente si sconcerta, e si debilita la complessione di colui, che vive a tal modo, ma che ne soffrono anche la pena tutti i suoi posteri.

ſtrano già d'aver perduto il più bel pregio, che aveano. Gli altri all'incontro, che fanno molto moto, e alle volte un'aſtinenza forzoſa, non ſono ſempre così graſſi, ma hanno però le carni meno floſce, il corſo più rapido, e ſono in tutto incomparabilmente più vigoroſi e più forti; e oltre a ciò ſi ha tutto il motivo di credere, che vivano eziandio più lungo tempo.

Ma ſenza andare a cercare eſempj tra gli animali, mettiamo un poco in paragone la forza di coloro, che menano la loro vita in mezzo alle ſtrade, o ſu' porti, con quella d'un ſartore, di un teſſitore di ſtoffe, o d'altri lavoratori, che faticano ſempre ſeduti; paragonando, dico, le loro forze riſpettive, ſi crederebbe quaſi che foſſero due ſpecie di uomini differenti. Anche in prova della medeſima verità hanno i Notomiſti ſempre oſſervato, che le parti più carnute e meglio corredate di muſcoli nell'Uomo ſono quelle appunto da lui più eſercitate; talmente che col guardare ſolamente le membra, indovinano a qual genere di profeſſione ſia ſtato un uomo applicato.

ESERCIZJ.

All'età di quindici, o ſedici anni conviene che ſi cominci a forzare il corpo a mag-

maggiori esercizj, a cammini lunghi e strapazzosi, al sole, e alla pioggia. Questa è una regola anche di maggiore importanza ne' climi, e nelle stagioni dominate dal freddo, per potersi così aprire i pori racchiusi, e farsi la strada a una lodevole traspirazione; senza di cui certi umori, che dovrebbero uscire, trovando intasati i passaggi, si accumulano, si spessiscono, e tornano a rifluire nella massa del sangue; dal quale sconcerto ne vengono catarri, flussioni, febbri, ec. In parecchie circostanze le fregagioni asciutte per tutta la vita operano grandissimo giovamento.

Bisogna però esercitare le proprie forze gradatamente, e in mille diverse maniere, senza mai troppo sforzarsi alla prima in niuna cosa. Gli esercizj de' salti, del ballo, della pillotta, della scherma, del cavalcare, e altri simili sono, a mio credere, lodevolissimi.

Rapporta Plutarco di Cesare, che nella sua gioventù era d'una complessione gracile e delicata, e che poi divenne quel sì grande infaticabile Eroe, mediante i diversi esercizj da lui praticati ne' campi di Marte.

I grandi esercizj della Ginnastica, oltre all'essere quasi interamente usciti d'uso, non entrano nel mio piano; essendomi io semplicemente limitato a quelli, che più particolarmente convengono fino agli anni

di

di pubertà. Quindi non farò tampoco parola de' perniciosi effetti de' piaceri amorosi, i quali si sa abbastanza quanto riescano nocivi in una età troppo tenera, nella quale ha il corpo bisogno di tutto il suo calore naturale, per crescere, e per mettersi in forza.

Ricerca questa sorta di piaceri tutta la moderazione, e si hanno a prendere solamente nello stato matrimoniale, dall'età di venti anni negli uomini, fino a' cinquanta, o a quel torno. Ne' climi temperati si debbono prima de' venti anni assolutamente ignorare da chi vuol godere una vigorosa costituzione di corpo, e di spirito; e toccati i cinquanta, o al più cinquantacinque anni, bisogna affatto abbandonarli, purchè non voglia alcuno scavarsi colle proprie mani il sepolcro. Poichè sembra, che tali piaceri ci allettino, e ci lusingano per soffogarci; e che non possa l'uomo dar la vita a un suo simile, senza molto costargliene della propria (*).

Per-

(*) „ Gli antichi Galli (dice Montagna) riputavano per estremo rimprovero l'avere avuto conversazione di Donna avanti l'età di venti anni. E commendavano singolarmente negli Uomini, che si voleano ammaestrare per la guerra, di conservare molto avanti nell'età la loro verginità; perchè si ammollisce, e va a divertirsi, per l'accoppiamento delle Donne, il coraggio, ec. „ L'istessa cosa dice espressamente Cesare de' Germani.

Perciò gli antichi Atleti rigorosamente se ne asteneano, per divenire più valorosi, e più forti ne' giuochi Olimpici, e ne' Ginnasj.

Sono dunque i Padri, e le Madri nell' obbligazione di stare attentissimi a toglie-re tutte quelle occasioni, che possono accelerare a' loro figli la pubertà; e perciò a tenerli, per quanto si può, lontani dalle conversazioni oscene, da' toccamenti impuri, dalla lettura de' libri immodesti, e dall' assiduità accanto a persone di diverso sesso. Questo fuoco segreto, che insensibilmente s' insinua nelle nostre vene, è un termine, al quale conviene che la natura sia tarda a giugnere; poichè i giovani, che sono da' cattivi esempj troppo a buona ora trasportati fuori de' limiti dell' amabile innocenza, trasmutano in un arido deserto per essi la bella primavera della Natura.

Finalmente mi lusingo, che prendendosi l' abito di seguire le diverse regole generali contenute in questo mio Saggio, si possa talmente conservare, e migliorare la salute de' fanciulli, e formar loro una costituzione così forte e robusta di corpo, che non vi sarà quasi genere di vita, al quale non possano insensibilmente adattarsi. Non sono però così cieco, ch' io non conosca i difetti di questa opera; e sopprattutto le cose, che vi mancano. Ma se i confini dovuti a una Dissertazione

Ac-

Accademica mi aveſſero permeſſo di tirare più avanti il diſcorſo, credo, che avrei in queſto importante ſoggetto rinvenuta materia da potere ſcrivere volumi, e non già ſemplicemente una debole Diſſertazione. Ma in ſomma, qualunque ſiaſi, timidamente la ſottopongo all'eſame di quel riſpettabile Tribunale, a cui tocca la deciſione della ſua ſorte.

FINE.